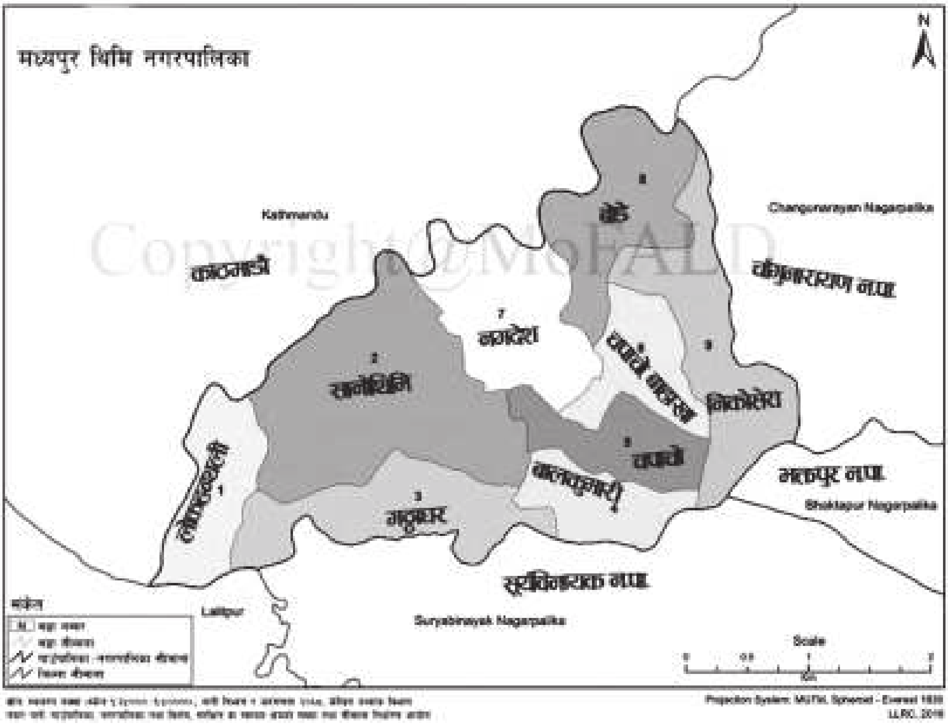
“रेडक्रस अभियानमा लागौं, विपत्तीमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं ।”

रेडक्रस सन्देश स्मारिका-२०८१

■ वर्ष २७ ■ २०८१ कार्तिक ■ शुभ-दीपावली, ने.सं. ११४५ नयाँ वर्ष एवं छठ पर्व ■ अंक ११



नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

बालकुमारी, मध्यपुर थिमि-४, भक्तपुर

२०५४

सल्लाहकार
बाबुकाजी श्रेष्ठ
जीवन श्रेष्ठ

सम्पादक
कन्या मन्दिर प्रजापति

व्यवस्थापक
सुशिला श्रेष्ठ
श्रीराम श्रेष्ठ
ई. पुष्परत्न रञ्जित
लक्ष्मीकेशरी श्रेष्ठ

विशेष सहयोगी
दुर्गामोहन श्रेष्ठ
कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठ

मुद्रण
स्वस्तिक प्रिन्टि□ प्रेस
दुईपोखरी, मध्यपुर थिमि
०१-६२०२१६८

प्रकाशक
नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
मध्यपुर थिमि उपशाखा
मध्यपुर थिमि
फोन ०१-६६३६९६१
शवबाहन सेवा : ९८४९१७०२५६

Email:
nrcsmadhyapurthimi@gmail.com

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण वडाबासी तथा
शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ
वडा अध्यक्ष

मध्यपुर थिमि नगरपालिका
४ नं. वडा कार्यालय
मध्यपुर थिमि
फोनः ०१-६६३०३७५

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण वडाबासी तथा
शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

बालकृष्ण श्रेष्ठ
वडा अध्यक्ष

मध्यपुर थिमि नगरपालिका
५ नं. वडा कार्यालय
मध्यपुर थिमि
फोनः ०१-६६३५४७०

प्रदीप पौडेल
Pradip Paudel

स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्री
Minister for
Health and Population

नेपाल सरकार
Government of Nepal
स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय
Ministry of Health and Population

☎: ०१-५-३६२५३४
: 01-5-362534
Website:www.mohp.gov.np

रामशाहपथ, काठमाडौं, नेपाल
Ramshahpath, Kathmandu, Nepal

पत्र संख्या (Ref. No.): ०८१/८२ चलानी नं. (Dispatch No.): ३६८ मिति (Date):..

शुभकामना

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर ठिमी उपशाखाले शुभ-दीपावली, नेपाल सम्वत् ११४५ एवम् छठ पर्वको अवसरमा **"रेडक्रस सन्देश"** नामक स्मारिका प्रकाशन गर्न लागेकोमा अत्यन्तै खुसी लागेको छ। यस अवसरमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर ठिमी उपशाखाका लगायत सम्पूर्ण रेडक्रस सोसाइटी परिवारमा हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछु।

"म सेवा गर्छु" भन्ने भावनाले मानवीय सेवामा सदैव समर्पित नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर ठिमी उपशाखाले आफ्नो स्थापना कालदेखि नै भूकम्प, बाढीपहिरो, आगलागी, कोभिड महामारी, डेङ्गी रोग नियन्त्रण जस्ता मानवीय विपत्ति परेको अवस्थामा निस्वार्थ रुपमा मानवीय सेवा गर्दै आइरहेको छ।

"रेडक्रस अभियानमा लागौं, विपत्तिमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं" भन्ने मूल नाराका साथ क्रियाशील रहेको मध्यपुर ठिमी उपशाखाले विभिन्न स्वास्थ्य, शिक्षा, समसामयिक विषय समेटेर "रेडक्रस सन्देश" स्मारिका प्रकाशन गर्न लागेकोमा हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दै भविष्यमा पनि यस्तै मानवीय सेवामा लाग्न अभिप्रेरित भइरहोस् भन्दै मेरो तर्फबाट गर्न सक्ने सहयोग सँधै रहिरहने प्रतिवद्धता व्यक्त गर्दछु। साथै, यस नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर ठिमी उपशाखाको उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दछु।

धन्यवाद !
११ कार्तिक, २०८१

प्रदीप पौडेल
मन्त्री

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,

शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण

शेयर सदस्यहरु एवं शुभेच्छुक महानुभावहरुमा

हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

श्यामकृष्ण श्रेष्ठ

अध्यक्ष एवम्

शंखधर बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक

फोन: ०१-५०९३५०७, ५०९३५७६

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,

शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण

शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक, विद्यार्थीवर्ग एवं शुभचिन्तक

महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

दुर्गामोहन श्रेष्ठ

अध्यक्ष

शिवकृष्ण श्रेष्ठ

प्रिन्सिपल एवं

नौलो ज्योति अंग्रेजी माध्यमिक विद्यालय

मध्यपुर थिमि न.पा.-४, इकुडोल, बप्पा, फोन: ०१-५०९३०१५

बागमती प्रदेश सरकार

स्वास्थ्य मन्त्रालय

माननीय मन्त्री

किरण थापा मगर

हेटौंडा,नेपाल

शुभकामना

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमी भक्तपुर उपशाखाले रेडक्रस सन्देश नामक स्मारिका प्रकाशन गर्न लागेकोमा खुशी लागेको छ । वार्षिकरुपमा नियमित प्रकाशन भईरहेको स्मारिकामा प्रकाशित सामग्रीले रेडक्रसका गतिविधि, जानकारी प्रदान गर्ने भन्ने विश्वास लिएको छु ।

२०२० साल भदौ १९ गते नेपालमा स्थापना भएको यो संस्था एक परोपकारी संस्था हो । परोपकारी संस्था भएकोले संस्थाका गतिविधिमा पारदर्शिता, जवाफदेहिता, सहभागिता, स्वयंसेवी भावना तथा व्यवहारलाई सुनिश्चित गर्दै संस्थाको सुशासनलाई प्रवर्धन गर्नुपर्दछ । रेडक्रसका संस्थापक डा हेनरी ड्युनाको जन्मदिनमा उहाले गरेको योगदानको कदर गर्दै मे ८ लाई संसारभर रेडक्रस दिवसका रुपमा मनाइने गरिन्छ । विशुद्ध मानवीय सेवालाई ध्यानमा राख्दै हेनरीले सन् १८६३ मा रेडक्रस सोसाइटीको स्थापना गर्नुभएको थियो । रेडक्रस अभियानले हरेक वर्ष विश्वभरी सशस्त्र संघर्ष, प्राकृतिक प्रकोप र अन्य आकस्मिक परिस्थितिमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दै आएको छ ।

रेडक्रसको जन्म पछाडी मानव पीडाको कथा जोडिएको छ । रेडक्रस सोसाइटीको कामलाई विश्वभरि नै प्रशंसनीय मानिन्छ । रेडक्रसको मुख्य लक्ष्य भनेको मानव उद्धार हो । त्यसैले रेडक्रसले मानवीय सेवासँग विभिन्न क्षेत्रमा काम गरिरहेको छ । मानवीय उद्धार भन्नाले मानव वा प्रकृतिबाट घटेका हरेक प्रकारको विपत्तिले मानिसको जीवनमा भयावह क्षति पुऱ्याउछ र त्यस्तो अवस्थाबाट पीडितलाई उद्धार गरी जीवन रक्षा गर्नु भन्ने बुझिन्छ । समय परिस्थितिसँगै रेडक्रसले काम गर्ने तरिका र कार्य क्षेत्रमा ज्यादै ठूलो विविधता र व्यापकता रहेको छ । रेडक्रसले युद्व अवस्थामा मात्र नभई प्रत्येक देशमा आन्तरिक एवम् अन्य प्राकृतिक विपत्तिको परिस्थितिका कारण सिर्जित विभिन्न मानवीय समस्यामा पनि मानवीय कार्य गरिरहेको छ । यो आफैमा प्रशंसनिय छ ।

अन्त्यमा, आगामी दिनमा पनि यो रेडक्रस सोसाइटी उपशाखा मध्यपुर थिमीले रेडक्रसका आधारभूत सिद्दान्तलाइ आत्मसाथ गर्दै थप रचनात्मक कार्यसहित अगाडि बढ्न सकोस् शुभकामना ।

किरण थापा मगर
मन्त्री

मितिः २०८१/०७/११ गते

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

हिराबज्र ज्वेलरी ट्रेडर्स प्रा.लि.
हिराबज्र ज्वेलरी ट्रेडर्स

मध्यपुर थिमि न.पा. वडा नं. ५, चपाचो, तःजाफः

फोन नं. ०१-६६३०६३६, ९८४१४३६०५२, ९८१३१६४५८५

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

केन्द्रीय कार्यालय

रेडक्रस मार्ग कालीमाटी, काठमाडौं, नेपाल
पो.ब.नं. ३१७
फोन: +९७७-१-४२७०६५०, ४२७२७६१
फ्याक्स: +९७७-१-४२७१९१५
इमेल: nrcs@nrcs.org, info@nrcs.org
वेबसाइट: www.nrcs.org
नि:शुल्क हटलाइन सेवा:११३०

पत्र सं.

शुभकामना

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी, मध्यपुर थिमी उपशाखाले आफ्नो स्थापना कालदेखि नै रेडक्रसका विविध सेवामूलक गतिविधिहरू सञ्चालन गरी समुदायस्तरमा नमूना योग्य सेवा कार्यहरू गर्दै आइरहेको परिवेशमा नेपाल सम्वत् ११४५, शुभदिपावली तथा छठ पर्वको पावन अवसरमा **"रेडक्रस सन्देश"** नामक स्मारिका प्रकाशन गर्न लागेको जानकारी पाउँदा अत्यन्त खुसी लागेको छ ।

मानवीय सेवाभावले प्रेरित भएर सदस्य वा स्वयंसेवकको रूपमा रेडक्रस अभियानमा प्रवेश गर्न चाहने महानुभावहरूका लागि उपशाखाहरू नेपाल रेडक्रसको समुदायस्तरका प्रारम्भिक साङ्गठनिक एकाईको रूपमा रहने हुनाले उपशाखाद्वारा सम्पादन गरेका र गर्ने मानवीय सेवा र साङ्गठनिक विकासका उदाहरणीय कार्यहरूले परोपकारप्रति प्रेरित गर्ने र सर्वसाधारणहरूका लागि सदा आकर्षण गरी रहनु पर्दछ भन्ने हाम्रो पवित्र सोच रहेको छ ।

मानवता, शान्ति र स्वयंसेवी भावनालाई मूर्तरूप दिने क्रममा उपशाखामा आवद्ध यहाँहरू जस्ता स्वयंसेवकहरूको क्रियाशीलता र सद्भावपूर्ण व्यवहारबाट आफ्नो क्षेत्रमा संस्थागत विकासका साथै रक्तदान सेवा, विपद् व्यवस्थापन र प्रतिकार्य, जनचेतना अभिवृद्धि, महिला तथा लैङ्गिक सशक्तीकरण, जुनियर युवा रेडक्रस सदस्यहरूको योगदानको समेत मानवीय आदर्श र रेडक्रस ज्ञानको प्रचार प्रसारलगायतका क्षेत्रमा यस उपशाखाले सञ्चालन गरेका गतिविधिहरूको उच्च मूल्याङ्कन गर्दै उपशाखाको संस्थागत विकासमा सहयोग पुऱ्याउनु हुने वर्तमान र पूर्व पदाधिकारी एवम् सदस्यहरू, दक्ष स्वयंसेवक तथा सहयोगी सङ्घसंस्था र महानुभावहरू प्रति हार्दिक कृतज्ञता पनि ज्ञापन गर्न चाहन्छौं ।

अन्त्यमा, उपशाखाको इतिहास झल्काउने, उपशाखाका बारेमा जानकारी लिन चाहने र रेडक्रस प्रति जिज्ञासुहरूका लागि एक पठनीय र सङ्ग्रहनीय पुस्तिकाको रूपमा रहने छ भन्ने विश्वासका साथ मध्यपुर थिमी उपशाखाको उत्तरोत्तर प्रगतिका लागि हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछौं ।

मिति २०८१ ०७ २९ गते

NEPAL RED CROSS SOCIETY • Central Office, Kathmandu

प्रा.सुदर्शनप्रसाद नेपाल
अध्यक्ष

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Hirabajra Jewellery

हिराबज्र ज्वेलरी

मध्यपुर थिमि न.पा.-४, शंखधरचोक
फोन नं. ०१-५०९३४१८, ९८५१२०३०६८

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

सुमन बज्राचार्य

सुन-चाँदीका गर-गहनाहरु ग्यारेन्टीका साथ बनाउन वा तयारी चाहिएमा हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

पूर्ण गहना पसल

मध्यपुर थिमि न.पा.-४, शंखधरचोक
फोन नं. ०१-५०९३३३०, ९८४१९८२३८०

स्थानीय सरकार

मध्यपुर थिमि नगरपालिका

मध्यपुर थिमि नगरपालिका

Local Government

Madhyapur Thimi Municipality

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

Office of Municipal Executive

थिमि, भक्तपुर, बागमती प्रदेश, नेपाल

Thimi, Bhaktapur, Bagmati Province, Nepal

☎ 6630225, 6630046, 6631405, 6635704
Ambulance : 6631000
Fax: 977-1-6630225
Website:www.madhyapurthimimun.gov.np

Ref. No.:

२०७३

शुभकामना

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले आफ्नो स्थापनाकाल देखिनै रेडक्रसको सिद्धान्त र अवधारणा अनुरुप सदैव मानवीय सेवामा समर्पित रहि आवश्यकताका आधारमा उत्कृष्ट कार्यहरु सम्पन्न गर्दै आएकोमा धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं।

रक्तदान, डेगुं नियन्त्रण,न्यूनिकरण कार्यहरु, विभिन्न रोगहहरुबारे सचेतना कार्यहरु, विभिन्न जात्रापर्वहरुमा प्राथमिक उपचार केन्द्र सञ्चालन दैविप्रकोप समन्वय, सहकार्य सहयोग दिदै सामाजिक जागरणमा समेत अनुकरणीय कार्यहरु गर्दै आएकोमा यस रेडक्रस सन्देश स्मारिकामा समाहित लेख रचना आदि जनचेतनाका साथै उत्प्रेरणा रहनेमा विश्वास लिएका छौ। नेपाल सम्वत ११४५, शुभदिपावली तथा छठ पर्वको अवसरमा मानवीय सेवामा समर्पित रहि सम्पूर्णको कल्याणका लागि कर्महरु गर्न सकुन भनी नगरवासी एवम् सम्पूर्णमा मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौ।

जय मध्यपुर ।

२०८१/७/८

सुरेन्द्र श्रेष्ठ

नगर प्रमुख

"आर्थिक, सामाजिक तथा साँस्कृतिक उन्नतिका लागि सहकारिताको भावनालाई जगाऔं "

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली
एवं छठ पर्वका उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम्
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

तुईलाल श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

बालकुमारी बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोनः ०१-५०९३३२३, ५०९३४५५

नेपाल सम्वत् ११४५ न्हूदँ, शुभ-दीपावली-२०८१
एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण
ग्राहकवर्ग एवं शुभेच्छुक महानुभावहरुमा
हार्दिक मंगलमय शुभ-कामना
व्यक्त गर्दछौं ।

श्वेत भैरव अफसेट प्रेस

खयूगु, सुन्दर नगर, मध्यपुर थिमि-३
फोनः ०१-६६३१४५१, ९८४३२३८४४८

स्थानीय सरकार
मध्यपुर थिमि नगरपालिका
मध्यपुर थिमि नगरपालिका
Local Government
Madhyapur Thimi Municipality
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
Office of Municipal Executive
थिमि, भक्तपुर, बागमती प्रदेश, नेपाल
Thimi, Bhaktapur, Bagmati Province, Nepal

☎ 6630225, 6630046, 6631405, 6635704
Ambulance : 6631000
Fax: 977-1-6630225
Website:www.madhyapurthimimun.gov.np

Ref. No.:

मिति:२०८१/०७/०८
११४४ कौलागाः ८, बिहिबार

शुभकामना सन्देश

नेपाल सम्बत् ११४५, स्वन्ती नखः, शुभदीपावली तथा छठ पर्वको पावन अवसरमा, नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा तथा सम्पुर्ण नेपालीजनमा हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु। मानविय सेवामा सदैव समर्पित तपाईहरूको कर्म र योगदानको उच्च प्रशंसा गर्दछु साथै यहाँहरुवाट आगामी दिनहरूमा पनि यस्तै उत्कृष्ट कार्यको निरन्तरता हुनेछ भन्ने मैले विश्वास लिएको छु। तपाईहरुको सकृयताले समस्यामा रहेका जनताहरुले न्यानो साथ प्राप्त गरेको छ। तपाईहरूको अथक परिश्रम, समर्पण, र मानविय सेवामा समर्पित योगदानको लागि मध्यपुर थिमि नगरपालिका हार्दिक आभार तथा धन्यवाद व्यक्त गर्दछ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाबाट ''रेडक्रस सन्देश'' नामक स्मारिका प्रकासनको यो विशेष अवसरमा स्मारिकाको पुर्ण सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्न चाहन्छु। स्मारिकाले समुदायमा भएका महत्वपूर्ण कार्यहरू, उपलब्धिहरू,आगामी योजनाहरू र मानवीय सेवाको विभिन्न आयामको उजागर गर्नेछ भन्ने मैले विश्वास लिएको छु। सधैंजसो, स्थानिय सरकार, रेडक्रस, जनसमुदाय मिलेर मानवताको सेवामा एकजुट रहौं र हाम्रो समाजलाई अझ सुरक्षित, स्वस्थ, र समृद्ध बनाउने दिशामा अघि बढौं।

।। जय मध्यपुर ।।

विजय कृष्ण श्रेष्ठ
उप प्रमुख

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरु एवं शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

भक्तपुर इन्टरनेशनल अस्पताल, कौशल्टार

यस अस्पतालमा विभिन्न विषयका विशेषज्ञ डाक्टर ५२ जना प्राविधिक रप्रशासनिक गरी करीब १०० जना कर्मचारीहरुबाट सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ । अस्पतालमा निम्न प्रकारका सेवाहरु उपलब्ध छ ।

- हाडजोर्नी तथा नशा रोग
- स्त्री रोग
- न्यूरो
- मानसिक रोग
- आँखा रोग
- नाक, कान तथा घाटी रोग
- छाला रोग, युरोलोजी
- जनरल फिजिसियन
- सुगर तथा थाइराइड रोग
- मृगौला रोग
- छाती तथा फोक्सो रोग
- यौन तथा चर्मरोग
- बालरोग
- दन्तरोग तथा मुटुरोग
- खोप टि.वि. रोग तथा
- परिवार नियोजन सेवा

भक्तपुर इन्टरनेशनल अस्पतालका विशेषताहरु

१) जेष्ठ नागरिकलाई निःशुल्क सुगर परीक्षण
२) गरिब, अनाथ, असहाय एवं अपा हरुलाई पालिकाको सिफारिसमा निःशुल्क उपचार हुने ।
३) जेष्ठ नागरिकलाई विशेष छुटको व्यवस्था ।
४) विशेष छुटमा होलबडी चेकअप
५) ५० शैयाको अस्पताल

AMBULANECE NO. 9861991100

मेरो जीवन स्वस्थ जीवन ।

BHAKTAPUR INTERNATIONAL HOSPITAL

Kausaltar, Bhaktapur, Ph. 01–6637171 / 01–6637272
tihospital2021@gmail.com, www.bihospital.com.np

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
भक्तपुर जिल्ला शाखा
२०२५

भक्तपुर नगरपालिका-९, दुधपाटी, भक्तपुर
फोन नं.: [illegible]
रक्तसञ्चार सेवा: [illegible]
फ्याक्स: [illegible]
Email: nrcsbktdc2025@gmail.com
Web Site: www.nrcs.org.np

पत्र संख्या:

शुभकामना

नेपाल रेडकस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले "रेडक्रस सन्देस" स्मारिका प्रकाशन गरी उपशाखाको महत्वपूर्ण गतिविधिहरुलाई स्मारिका मार्फत प्रकाशन गर्नु भएकोमा भक्तपुरको पहिलो उपशाखालाई नेपाल रेडकस सोसाइटी भक्तपुर जिल्ला शाखाको तर्फबाट र म सभापतिको तर्फबाट हार्दिक कृतज्ञताका साथ धन्यवाद दिन चाहन्छौ ।

मध्यपुर थिमि उपशाखा भक्तपुर जिल्ला शाखाको उत्कृष्ट एवम् जेठो उपशाखा हुनु जिल्ला शाखालाई गौरव महशुस भएको छ । "रेडक्रस अभियानमा लागौं विपत्तिमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं" भन्ने मूल नारा बोकी "म सेवा गर्छु" भन्ने भावनालाई सार्थक बनाउन आफ्नो स्थापना कालदेखि नै निरन्तर रुपमा मानवीय सेवामा समर्पित रहँदै आएको सबैलाई जगजाहरै छ । उपशाखाले आफ्नो कार्य क्षेत्रभित्र विभिन्न संघसंस्थाहरुसँग समन्वय र सहकार्य गरी रेडक्रसका गतिविधिहरुलाई आजसम्म निरन्तर क्रियाशील भइरहेको छ ।

यसरी उपशाखाले समुदायस्तरसम्म पुऱ्याएको गतिविधिका कारण यस जिल्ला शाखाको पनि मनोबल उच्च भएको छ । समुदायमा सऱ्हानीय काम जनजनमा सेवा पुऱ्याउने उद्देश्यले भक्तपुरकै पहिलो पटक शवबाहन संचालन गरी जिल्ला शाखालाई थप उर्जा मिलेको छ ।

सधैं दत्तचित्त भई हरेक परिस्थितिमा पनि सेवाको भावले लाग्ने मध्यपुर थिमि उपशाखालाई आपनो कार्य योजना तयार गरी कार्य योजनाका कार्यहरु सम्पन्न गर्नुको साथै आकस्मिक तथा भैपरी आउने प्रत्येक चुनौतिहरुलाई सहज तथा सरल तरिकाले समाधान गर्ने क्षमता मिलोस् हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दै स्मारिका प्रकाशनको पूर्ण सफलताका कामना गर्दछु ।

जय रेडक्रस ।

परशुराम पाण्डे
सभापति
नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
भक्तपुर जिल्ला शाखा

एम्बुलेन्स सेवा, फोन नं. ६६१२२६६, ९८४९८५७३३२ रक्त सञ्चार सेवा, फोन नं. ६६११६६१

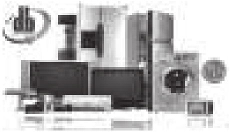
"प्रत्येक स्वस्थ युवा युवतीले आफ्नो १८ औं जन्मोत्सव सँगसँगै रक्तदानको शुभारम्भ गरौं ।"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।



कृष्णराम खर्बुजा
प्रोप्राइटर

डि.बि. इलेक्ट्रोनिक्स

शंखधरचोक, मध्यपुर थिमि-४
फोन: ०१-५०९३३६१, ९८४१३९४९४३

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

त्रिमन्दिर प्रजापति
प्रोप्राइटर

त्रिमुन इन्जिनियरिङ्ग

लिवाली, भक्तपुर
फोन: ९८६०१२९१२२

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

तुल्सीकृष्ण श्रेष्ठ
प्रोप्राइटर

तुल्सी टेलर्स

शंखधरचोक, मध्यपुर थिमि-४
फोन:

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

नरगोविन्द शंखदेव
अध्यक्ष

रत्नमान शंखदेव
प्रिन्सिपल

होली गार्डेन इङ्गलिस सेकेण्डरी स्कुल

मध्यपुर थिमि-६, बाहाखा बजार
फोन: ०१-६६३२५३९

शुभ-कामना एवं कृतज्ञता

बि.सं. २०५४ साल साउन २९ गते स्थापना भएको नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले मानवीय सेवामा समर्पित भई नि:स्वार्थ सेवा भावले सेवा गर्दै आइरहेको छ । हामीलाई यहाँसम्म पुऱ्याउने रेडक्रसका जन्मदाता जाँ हेनरी ड्युनाप्रति श्रद्धा सुमन अर्पण गर्दछौं ।

यस उपशाखाको विभिन्न गतिविधि मध्ये महत्वपूर्ण कार्य स्मारिका प्रकाशन पनि हो । यस स्मारिका प्रकाशनले जनसमुदायलाई विभिन्न लेख रचना मार्फत ज्ञानबर्धक जानकारी गराउँदछ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले कार्यक्रम संयोजक कन्या मन्दिर प्रजापतिको संयोजकत्वमा स्मारिका प्रकाशन उपसमिति गठन गरी ने.सं. ११४५ नयाँवर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा वर्ष २७ अंक ११ "रेडक्रस सन्देश" स्मारिका प्रकाशन गर्ने जमर्को गरेका छौं ।

स्मारिका प्रकाशन उपसमितिले "रेडक्रस सन्देश" स्मारिका प्रकाशन गर्न ठूलो मेहनत गरेको छ । त्यसैले उक्त उपसमितिका संयोजकलगायत उपसमितिका सदस्यहरुलाई आभार व्यक्त गर्दछौं ।

स्मारिका प्रकाशन गर्न स्वास्थ्य तथा समसायिक लेख रचना दिनुहुने लेखकहरु, विज्ञापन दिई सहयोग गर्नुहुने लगायत स्मारिकामा शुभकामना मन्तव्य दिनुहुने संघीय स्वास्थ्यमन्त्री प्रदिप पौडेलज्यू, बागमती प्रदेशका स्वास्थ्य मन्त्री, किरण थापा मगरज्यू नेरेसोको केन्द्रिय अध्यक्ष सुदर्शन प्रसाद नेपालज्यू, नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरका सभापति परशु राम पाण्डेज्यू, मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका नगरप्रमुख सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यू, मध्यपुर थिमि नगर पालिकाका नगर उपप्रमुख विजयकृष्ण श्रेष्ठज्यू एवं विज्ञापनदाताहरु, सल्लाहकारहरु, प्रकाशनमा प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष सहयोग गर्नुहुने सहयोगी मित्रहरुमा हार्दिक धन्यवाद सहित कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं ।

यसवर्षको आर्थिक वर्षमा यस उपशाखाका भवन निर्माणको लागि जग्गा प्राप्तका निमित्ति ठूलो हृदयदेखि सहयोग गर्ने बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति परिवार, समितिका अध्यक्ष कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठ, भवन निर्माणको निमित्त बजेट विनियोजन गरी ठूलो सहयोग गर्ने मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका नगरप्रमुख सुरेन्द्र श्रेष्ठ, उपप्रमुख विजयकृष्ण श्रेष्ठ, वडाध्यक्षहरु एवं मध्यपुर थिमि नगरपालिका परिवारलाई हृदयदेखि कृतज्ञताका साथ भवन निर्माण सम्पन्न गर्नको लागि क्रमागत बजेटको व्यवस्था गर्ने विश्वास लिदै हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छौं ।

अन्तमा "म सेवा गर्छु" भन्ने भावनाले ओतप्रोत भई नि:स्वार्थ रुपमा मानवीय सेवामा लाग्न सबैमा अभिप्रेरणा रहोस् भन्दै निरन्तर रुपमा रेडक्रस अभियानमा यहाँहरुको साथ र सहयोग रहने अपेक्षा गर्दछु ।

जय रेडक्रस ।

afa's fhL>]7
सभापति
नेरेसो, मध्यपुर थिमि उपशाखा

सम्पादकीय

नेपाल सम्वत् ११४५ नववर्ष तथा शुभ दीपावलीको अवसरमा यस उपशाखाले "रेडक्रस सन्देश" स्मारिका वर्ष २७ अंक ११ (२०८१) लिएर आदरणीय सदस्यहरु, विज्ञापनदाताहरु, शुभचिन्त, सहयोगी मित्रहरु, एवं पाठकहरु समक्ष ल्याएका छौं ।

"रेडक्रस अभियानमा लागौं, विपत्तीमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं" भन्ने मूल नारा सहित बि.सं. २०५४ साउन २९ गतेदेखि नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा अनवरत रुपमा आफ्नो लक्ष्य प्राप्तीका लागि र नितान्त सामाजिक कार्यमा क्रियाशील छ । उपशाखाको क्रियाशीलताकै कारण गत वर्ष नेरेसो भक्तपुर शाखाबाट जिल्लाकै उत्कृष्ट उपशाखा सम्मान हासिल गर्न सफल भएका छौं । त्यसको लागि सम्पूर्ण सहयोगी महानुभावहरुमा कृतज्ञता प्रकट गर्दछौं । साथै भविष्यमा उत्कृष्टम कार्य गर्नका लागि यहाँहरु सहयोग, सद्भाव सधैं रहिरहने अपेक्षा गर्दछौं ।

आफ्ना व्यस्तताका बाबजूद शुभकामना मन्तव्य उपलब्ध गराई हामीलाई उत्साहित एवं प्रेरणा दिनु हुने नेपाल सरकारका स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्री माननीय प्रदिप पौडेलज्यू, बागमती प्रदेश सरकारका स्वास्थ्य मन्त्री माननीय किरण थापा मगरज्यू, नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका अध्यक्ष सुदर्शन प्रसाद नेपालज्यू, नेरेसो भक्तपुर शाखाका सभापति परशु राम पाण्डेज्यू, मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका नगरप्रमुख श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यू एवं नगर उपप्रमुख श्री विजयकृष्ण श्रेष्ठज्यू र उपशाखाका सभापति श्री बाबुकाजी श्रेष्ठज्यू प्रति हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं ।

साथै यस स्मारिका प्रकाशन गर्नको लागि आ-आफ्ना गहकिला एवं ज्ञानबर्द्धक लेख रचनाहरु उपलब्ध गराई दिनुहुने आदरणीय लेखकज्यूहरु तथा शुभकामना एवं व्यावसायिक विज्ञापन दिई आर्थिक रुपमा टेवा पुऱ्याउनु हुने आदरणीय विज्ञापनदाता महानुभावहरुप्रति विनम्रतापूर्वक आभार व्यक्त गर्दछौं । धन्यवाद ।

जय रेडक्रस ।

कन्या मन्दिर प्रजापति
सम्पादक/संयोजक
स्मारिका प्रकाशन उपसमिति

lj ifo ; "L

क्र.सं.	विषय	लेखक	पेज
१.	रेडक्रस मध्यपुर थिमि उपशाखाको....	बाबुकाजी श्रेष्ठ	१९
२.	प्रविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक....	डा. अग्नी प्रसाद काफ्ले	२५
३.	रक्तदानको महत्व	सविना श्रेष्ठ	३१
४.	सकारात्मक सोच जीवन जिउने कला	भुवनचरण श्रेष्ठ	३५
५.	बेथितिले सिर्जना गरेको भय, निराशा....	रत्न प्रजापति	४१
६.	होमियोप्याथिक औषधि नै किन त ?	डा. रामहरि श्रेष्ठ	४५
७.	स्तन क्यान्सर	लक्ष्मी श्रेष्ठ	४७
८.	नेपाल रेडक्रस सोसाइटी (नेरेसो)	उमा थापा	५१
९.	मानवीय सेवामा युवा रेडक्रसको भूमिका	सागर गुरागाईं	५५
१०.	शक्ति संचय	प्रकाशमान "बाबुचा"	५९
११.	नेपालमा जलवायु लचिलोपनको.....	ई. ईन्द्रनारायण न्हुछे श्रेष्ठ	६१
१२.	कालसर्प योग	ज्यो. मुकुन्द कृष्ण श्रेष्ठ	६५
१३.	सचिव प्रतिवेदन आ.व. २०८०/८१	जीवन श्रेष्ठ	६७
१४.	आजीवन सदस्यहरुको नामावली		७३
१५.	कार्यसमिति		९३
१६.	उपशाखाका संस्थापकहरु		९५
१७.	सल्लाहकार समिति		९७
१८.	भवन निर्माण प्राविधिक उपसमिति		९७
१९.	कार्यक्रम उपसमिति		९९
२०.	महिला उपसमिति		९९
२१.	शवबाहन व्यवस्थापन उपसमिति		१०१
२२.	विपद् व्यवस्थापन उपसमिति		१०३
२३.	युवा सर्कल व्यवस्थापन उपसमिति		१०५
२४.	उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार नियमावली-२०८०		१०९
२५.	एम्बुलेन्सका नम्बर		११३
२६.	ब्लड बैंकहरुको नम्बर		११५
२७.	कार्यक्रमहरुको झलक		११७
२८.	शिलान्यास कार्यक्रमको झलक		१२०
२९.	नेरेसो उपशाखाहरुको नामावली		१२३
३०.	मध्यपुर थिमि नगरपालिकाको सम्पर्क नम्बरहरु		१२४

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम्
शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय **शुभ-कामना** व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. बलराम प्रजापति
मो नं.: ९८४१३००५११

हरपल तपाईंको साथमा

SAINO FLEX
9841300511

साईनो आर्टस्
एण्ड फ्लेक्स प्रिन्ट लिंक

म.थि.न.पा.-३, कौशलटार, बस स्टप, भक्तपुर
फोन नं.: ६६३८८८०, ९८०१००५६६२ (अफिस)

sainoflexprint@gmail.com
9841300511

2D, 3D Board, Steel Letter, Flex Board तथा विभिन्न साइजका गेट, सहकारी संस्था, अन्य संस्थाको लागि चाहिने प्रतिवेदन, ब्याच, ब्यानर, फ्रेम, सम्मान-पत्र, प्रमाण-पत्र, खाडा, मायाको चिनो तथा अन्य उपहारका सामानहरु सुपथ मूल्यमा पाईन्छ ।

नेरेसो मध्यपुर थिमि उपशाखाको स्थापना र विकासक्रम

बाबुकाजी श्रेष्ठ
सभापति, नेरेसो, मध्यपुर थिमि उपशाखा

pkzfvf :yfkgf M

विश्वको एकमात्र मानवीय सेवामुखी संस्था रेडक्रस । विश्वको १७९ वटा देशहरुमा फैलिएको रेडक्रसका जन्मदाता जाँ हेनरी ड्युनाको पादुभार्वबाट स्थापना भएको विशुद्ध सामाजिक एवं कल्याणकारी संस्थाको रुपमा स्थापित भएको छ । विश्वमा सात सिद्धान्तद्वारा निर्देशित रेडक्रसले मानवीय विपत्ती, प्राकृतिक विपत्ती र विभिन्न विपद्को समयमा हरदम सेवा गर्दै आइरहेको छ । नेपालमा पनि बि.सं. २०२० सालमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी स्थापना भएपश्चात रेडक्रस अभियान नेपालभर नै शाखा, उपशाखा, युवा तथा जुनियर सर्कल संजालबाट रेडक्रस अभियान र गतिविधिहरु अगाडि बढाएको छ । यसै सन्दर्भमा मध्यपुर थिमिमा पनि रेडक्रस अभियानलाई अगाडि बढाउन र मानवीय सेवा गर्नका निम्ति बि.सं. २०५४ साल साउन २९ गते नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरका सभापति नारायणभक्त सुवालको विशेष उपस्थितिमा नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुर संगठनका संयोजक बालमुकुन्द सुवालको अध्यक्षमा बसेको पहिलो वैठकमा दुर्गामोहन श्रेष्ठको संयोजकत्वमा १५ सदस्यीय नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा भक्तपुर जिल्लाकै पहिलो उपशाखाको रुपमा पहिलो तदर्थ समिति गठन भएको थियो । उक्त तदर्थ समितिमा सचिव बाबुकाजी श्रेष्ठ कोषाध्यक्ष भरत श्रेष्ठ, सदस्यहरुमा तुईलाल श्रेष्ठ, रचना श्रेष्ठ रमेश उखा श्रेष्ठ, कृष्णराम प्रजापति, बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ, सूर्यलाल श्रेष्ठ, चन्द्रभक्त श्रेष्ठ, रमेश प्रजापति, प्रविन चक्रधर, पूर्णचन्द्र श्रेष्ठ, तुईलाल कायस्थ र मनोनितमा कुमार श्रेष्ठ रहेका छन् । विधान अनुसार ५० जना सदस्य पुऱ्याएर ६ महिना भित्रमा अधिवेशन गर्नुपर्ने प्रावधान अनुसार नयाँ तदर्थ समितिको दायित्व थियो । सोही अनुसार मिति २०५४ चैत्र १ गते आदर्श माध्यमिक विद्यालय लायक्, थिमिमा भएको पहिलो अधिवेशनबाट दुर्गामोहन श्रेष्ठको सभापतित्वमा नयाँ कार्यसमितिको निर्वाचिन भयो । उक्त कार्यसमितिमा उपसभापति बाबुकाजी श्रेष्ठ, सचिव भरत श्रेष्ठ, कोषाध्यक्ष रमेश उखा श्रेष्ठ, सहसचिव अभयन्द्र रञ्जित, उपकोषाध्यक्ष ज्ञानदेव श्रेष्ठ निर्वाचित हुनु भएको थियो भने सदस्यहरुमा तुईलाल श्रेष्ठ, बाबुकृष्ण श्रेष्ठ, रचना श्रेष्ठ निर्वाचित हुनु भएको थियो । सोही कार्यसमितिबाट भुवनचरण श्रेष्ठलाई मनोनित सदस्यमा मनोनित गरिएको थियो ।

उपशाखा स्थापनाकालदेखि नै निस्वार्थ रुपमा मानवीय सेवामा समर्पित रही "रेडक्रस अभियानमा लागौं, विपत्तीमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं ।" भन्ने मूल नारालाई आत्मसाथ गर्दै आफ्नो सेवाहरु प्रवाह गऱ्यो । जनस्तरमा रेडक्रस अभियानलाई अघि बढाउन मध्यपुर थिमि नगर क्षेत्र भित्रका विभिन्न विद्यालयहरुमा जुनियर सर्कल गठन गरी गतिविधि अगाडि बढाएको छ भने समुदायस्तरमा वडा-वडाहरुमा युवा सर्कल गठन गरी रेडक्रस गतिविधिलाई अगाडि बढाएको छ । त्यतिमात्र होइन उपशाखाको हरेक कार्यक्रमलाई सफल बनाउन संस्थालाई बलियो बनाउनको लागि उपशाखा अन्तर्गत कार्यक्रम उपसमिति, विपद् व्यवस्थापन उपसमिति, महिला उपसमिति, शवबाहन व्यवस्थापन उपसमिति र युवा सर्कल उपसमिति गठन गरिएको छ ।

यस उपशाखाले तात्कालिन र दीर्घकालीन योजना बनाई आर्थिक व्यवस्थापनलाई दुरुस्त र चुष्ट बनाउन वा भविष्यमा पनि संस्थालाई दिगो रुपमा अघि बढाउनका लागि

विभिन्न कोषहरु स्थापना गरिएको छ ।

१) अक्षयकोष
२) शवबाहन व्यवस्थापन कोष
३) स्वास्थ्य उपचारकोष
४) विपद् व्यवस्थापन कोष
५) उपदानकोष

dWok' lyld pkzfvfsf] ult lj lw M

यस उपशाखा गठन हुँदा मध्यपुर थिमि नगरपालिका र आसपासका गा.वि.स.हरु क्षेत्राधिकार रहेको थियो भने भक्तपुर शाखाले आफ्नो उपशाखा विस्तारको क्रममा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाभित्र ३ वटा उपशाखा स्थापना गरिसकेको अवस्था छ । त्यसकारण मध्यपुर थिमि उपशाखाको अहिलेको कार्यक्षेत्र मध्यपुर थिमि नगरपालिका वडा नं. ४, ५ र ६ सम्ममात्र रहेको अवगत गराउन चाहन्छौं । यसरी सीमित कार्यक्षेत्र भएता पनि मानवीय सेवा गर्नेमा सबै नगरपालिका र क्षेत्रलाई समेटेर अगाडि बढिरहका छौं ।

यस उपशाखाले समयसमयमा विभिन्न कार्यक्रमहरुमा उत्कृष्ट उपशाखा पुरस्कार प्राप्त गरेका छन् भने उत्कृष्ट महिला, उत्कृष्ट सभापति, उत्कृष्ट जुरेस र उत्कृष्ट युरेस सम्मानबाट सम्मानित भइसकेको छ ।

त्यस्तैगरी बि.सं. २०७२ को महामारी भूकम्पको बेलामा जनसमुदायमा खानेपानी, त्रिपाल, भाँडाकुँडालगायतका खाद्यान सहयोग गरी मानवीय सेवा प्रदान गरेको यस उपशाखाले प्राथमिक उपचार समेतको व्यवस्थापन गरिएको थियो ।

यस उपशाखाले विभिन्न विद्यालय र कलेजहरुमा जुनियर रेडक्रस सर्कल गठन गरी रेडक्रस गतिविधिलाई विस्तार गर्न सफल भएको थियो भने वडाहरुमा युरेस गठन गरी युवाहरुलाई परिचालन गर्न सफल भएको छ ।

मध्यपुर थिमिमा रेडक्रस गतिविधिहरु :

१) रेडक्रस सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम
२) एचआईभी एड्स तथा यौन रोग सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम
३) महिलाहरुको पाठेघरको मुख क्यान्सर यौन रोग सम्बन्धी अभिमुखीकरण कार्यक्रम
४) युरेस र जुरेसको परिचयामूलक एवं प्रशिक्षनात्मक कार्यक्रम
५) विद्यालयस्तरीय चित्रकला प्रतियोगिता
६) विद्यालयस्तरीय बक्तृत्वकला प्रतियोगिता
७) विभिन्न जनचेतनात्मक र्‍याली
८) स्यानिटाइजिङ्ग तथा मास्क वितरण एवं माइकिङ्ग
९) नियमित रक्तदान कार्यक्रम
१०) स्मारिका प्रकाशन
११) बुलेटिन तथा प्रतिवेदन प्रकाशन
१३) क्यालेण्डर प्रकाशन
१४) प्राथमिक उपचार तालिम
१५) प्रकोप व्यवस्थापन तालिम
१६) प्राथमिक स्वास्थ्य उपचार
१७) प्राथमिक स्वास्थ्य शिविर
१८) स्वास्थ्य शिविर
१९) गोष्ठी तथा सेमिनार
२०) सिपमूलक तालिमहरु
२१) जनचेतनात्मक प्रचार प्रसार कार्यक्रम
२२) पर्चा पोष्टर वितरण कार्यक्रम

यस उपशाखाले विभिन्न क्रियाकलापहरु गर्दै अगाडि बढिरहेको छ । यस उपशाखामा हालसम्म करिव ४८० जना आजीवन सदस्यहरु रहेका छन् ।

यस उपशाखाले विभिन्न नयाँ कार्ययोजना कार्यान्वयन र सफल बनाउन सबै पक्षको सहयोगको अपेक्षा गरेका छौं ।

pkzfvfsf] bL3{sfnLg sfo{of]hgfx? M

१) रेडक्रस सामुदायिक भवन निर्माण गर्ने ।
२) स्थानीय सरकारसँग सधैं सहकार्य गर्ने ।
३) मध्यपुर थिमि न.पा.सँगको सहकार्यमा शवबाहन सेवा निःशुल्क गर्ने ।
४) उपशाखाद्वारा स्थापित कोषहरुमा कोष बृद्धि गर्ने ।
५) प्रशिक्षकहरु तयार गर्ने ।
६) ब्लड बैंक संचालनमा जिम्मेवारी बहन गर्ने साथै सहयोग गर्ने ।
७) विपद् व्यवस्थापन भण्डारन कोठा बनाउन न.पा.लाई आग्रह गर्ने ।
८) स्वयंसेवकहरु परिचालनलाई निरन्तरता दिने ।
९) उपशाखाका सदस्यहरुलाई स्वास्थ्य उपचारको सहुलियत व्यवस्थापन तथा सहयोग गर्ने ।
१०) आवश्यक पूर्वाधार तयार गर्ने ।

pkzfvfsf]lj sf; qmd M

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा स्थापना दुर्गामोहन श्रेष्ठ, तुईलाल श्रेष्ठ र भरत श्रेष्ठको संयुक्त रुपमा संचालित मध्यपुर थिमि वडा नं. ४ स्थित शंखधरचोकमा रहेको कानुनी सेवाबाट शुभारम्भ भएको थियो । उपशाखाको सम्पूर्ण काम कानुनी सेवाबाट हुँदै आएको थियो । कार्यालय संचालन गर्न कानुनी सेवाकै मेच, टेवल प्रयोग गरिन्थ्यो । वैठकमा चिया खानका लागि साथीहरु मिलेरै खाइन्थ्यो । त्यतिवेला सदस्य शुल्क बाहेक अरु कुनै आम्दानी थिएन । जसोतसो रेडक्रस चलिरहेको थियो । बिस्तारै रेडक्रसलाई अगाडि लानु पर्छ र जनसमुदयसम्म कसरी लाने भन्नेमा बढी चिन्तन मनन हुन्थ्यो । एक दुईवटा कार्यक्रमहरु गर्ने शुरु गरियो । जनसमुदायबाट सहयोग, माया, ममताले हामीहरु धेरै खुशी थियौं र काम गर्ने अझ उत्साह जाग्दै गयो ।

रेडक्रसलाई एउटा कार्यालय संचालनको लागि ठाउँको खोजी भयो । त्यसवेला रेडक्रसको सभापति आदर्श माध्यमिक विद्यालयको संचालक समितिमा पनि सदस्य हुनुहुन्थ्यो । विद्यालयको वैठकमा रेडक्रसको लागि कोठा एउटा उपलब्ध गराउनु पर्‍यो भन्ने प्रस्ताव तात्कालीन सभापति दुर्गामोहन श्रेष्ठले राख्नु भएको थियो । त्यहीबेला बालकुमारीको उत्तर पूर्व बालकुमारी सत्तल आमाविले दृष्टिबिहीनहरुको लागि सत्तल प्रयोग गरिरहेको थियो । त्यो सत्तलको मुनि छेडि एउटा रेडक्रसलाई दिनु परियो भनी तात्कालीन सभापति दुर्गामोहन श्रेष्ठले अनुरोध गरेपछि स्कुलको संचालन समितिको वैठकमै निर्णय गरी उक्त ठाउँ रेडक्रसलाई उपलब्ध भयो । केही समयपछि बालकुमारी सत्तलको छेडिमा बस्न गयौं । त्यसबेला न टेबल छ, न मेच नै । त्यस्तो अवस्थामा साथीहरु छलफल गरी टेबल १ वटा कानुनी सेवाबाट सहयोग दिनुभयो र मेचहरु कार्यसमिति सदस्यहरुले एक/एक वटा सहयोग गरेको थियो । त्यसरी कार्यालय शुरुवात भयो । पछि हुँदै जाँदा कार्यसमितिको नेमबोर्ड सत्यनारायण जामन: श्रेष्ठ, सूचना पाटी बाबुकाजी सा:छेँ श्रेष्ठ, रेडक्रसको साइनबोर्ड भुवनचरण श्रेष्ठ र रमेश उखा श्रेष्ठ सहयोग गर्नुभएको थियो भने तात्कालीन जिल्ला कोषाध्यक्ष गोविन्द गोजा श्रेष्ठको पहलमा १ वटा स्टील दराज नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुर बाट उपलब्ध भएको थियो । उपशाखाको गतिविधिहरु शुरु हुँदै गयो । रेडक्रसको विभिन्न कार्यक्रमहरु गर्न विभिन्न दाताहरुले सहयोग पनि हुँदै गर्‍यो ।

सस्थालाई संस्थागत विकास गर्नका निमित्त सदस्यहरु बनाउदै जाने क्रममा भक्तपुर शाखामा भएका ११ जना सदस्यहरुबाट शुरु भई ५०/६० जना सदस्य पुर्‍याई पहिलो अधिवेशन सम्पन्न गर्न सफल भयो । हाल यस उपशाखाको सदस्य संख्या ४६० पुगेको छ ।

विगतको इतिहासलाई हेर्दा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा नभएको बेलामै आदर्श माध्यमिक विद्यालय लाय्कू थिमिमा भक्तपुर शाखा अन्तर्गत जुनियर रेडक्रस सर्कल भइसकेको थियो । जुन वेला थिमिमा हुने बिस्का जात्रामा हरेक साल प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गर्दै आएको थियो । त्यस्तैगरी मध्यपुर थिमिमा पहिलो पटक जुनियर रेडक्रस सर्कलको स्वर्ण जयन्तीको अवसरमा जुनियर तथा युवा रेडक्रस सेवा पदक मिति २०७१ फागुन ९ गते भुवनचरण श्रेष्ठलाई सम्मान गरेको इतिहास साक्षी छ भने

केही व्यक्तिहरु केन्द्रीय स्तरबाटै सदस्यता प्राप्त गरी रेडक्रस अभियानमा सेवा गर्दै आइरहेको यस उपशाखाको गरिमा अझ उच्च बनाएको छ । यस उपशाखाको इतिहासमा आजीवन सदस्य श्री गोविन्दकृष्ण गोजा श्रेष्ठले पहिलो विशिष्ट सदस्यता प्राप्त गरेको थियो ।

दोश्रो अधिवेशनमा रमेश उखा श्रेष्ठको नेतृत्वमा

आइसकेपछि रेडक्रसको क्रियाकलापहरु अघि बढिरहेको थियो । स्कुल तथा वडाहरुमा जुनियर/युवा सर्कल गठन गरी समुदायमा रेडक्रसको गतिविधिहरु प्रवाह भइरहेको थियो । रेडक्रसको सेवालाई कदर गर्दै स्व. रामशरण प्रजापति स्मृति समाज र बाल मन्दिर काठमाडौंले यस उपशाखालाई सम्मान गरेको थियो ।

तेश्रो अधिवेशनबाट तुईलाल श्रेष्ठको नेतृत्वमा रेडक्रस अभियानलाई अझ अगाडि बढायो । विभिन्न रचनात्मक गतिविधिले गर्दा नेरेसो भक्तपुर शाखाले यस उपशाखालाई भक्तपुर जिल्लाकै उत्कृष्ट उपशाखाको रुपमा सम्मान प्राप्त गरेको थियो । त्यसैगरी उपशाखा अन्तर्गत युवा सर्कल ४ (साविक १३,१४)लाई उत्कृष्ट युवा सर्कल सम्मान गरिएको थियो । उहाँकै कार्यकालमा अक्षयकोष बृद्धि गर्नेदेखि लिएर सदस्यता समेत बृद्धि भएको थियो । त्यसवेला नै उपशाखाले एम्बुलेन्स सेवा संचालन गर्ने अवधारण अगाडि सारेको थियो ।

चौथो अधिवेशनबाट भुवनचरण श्रेष्ठको नेतृत्वमा रेडक्रस अभियान अघि बढ्दै गयो । उपशाखाले विभिन्न रचनात्मक गतिविधिहरु अघि सार्दै कार्यक्रमलाई प्रभावकारी बनाउन प्रकाशमान छुँ श्रेष्ठको पहलमा "स्व. पूर्णसुन्दर श्रेष्ठ स्मृति चित्रकला प्रतियोगिता" कार्यक्रम संचालन भएको थियो । सोही बेला भक्तपुरकै नमूनाको रुपमा पहिलो शवबाहन सेवा संचालन गर्न पूर्णकृष्ण काची श्रेष्ठको संयोजकत्वमा शवबाहन व्यवस्थापन समिति गठन भयो । उक्त शवबाहन व्यवस्थापन समितिका सदस्य श्यामबहादुर प:मा श्रेष्ठको ठूलो योगदान रहेको थियो भने शवबाहन संचालनका लागि विभिन्न संघसंस्था, प्रभुत्व व्यक्तित्वहरुको सहयोगमा बि.सं. २०६८ सालदेखि शवबाहन संचालनमा ल्याएको थियो । शवबाहन सेवा हालसम्म पनि संचालनमा रहेको छ । भुवनचरण श्रेष्ठकै पालामा एउटा समस्या पनि आयो । रेडक्रस बसिरहेको कार्यालय सत्तल पुनर्निर्माण गर्ने भएपछि उठ्नु पर्ने भयो । अर्को विकल्प नभएसम्म कसरी उठ्ने भन्ने समस्या भयो सो समस्यालाई निराकरण उपसभापति पूर्णकृष्ण काची श्रेष्ठको पहलमा मध्यपुर थिमि नगरपालिकासँग समन्वय गरी बालकुमारीको पूर्वपटी रहेको योमरी तिनेगु फल्चा थियो उक्त फल्चामा बालकुमारी स्वास्थ्य चौकीको सामानहरु राखिराखेको थियो । त्यही फल्चामा सर्ने मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका नगरप्रमुख मदनकृष्ण श्रेष्ठ र साथीहरुको सहमति भएपछि बि.सं. २०७० सालमा रेडक्रस कार्यालय त्यहाँ सारेको थियो । त्यहीबाट रेडक्रस गतिविधि संचालन गर्दै आइरह्यौं ।

पाँचौ अधिवेशनबाट ज्ञानदेव श्रेष्ठको नेतृत्वमा रेडक्रस गतिविधि अगाडि बढ्यो । रेडक्रस अभियान अगाडि बढाउदै जाँदा २०७२ बैशाख १२ र १३ को विनाशकारी महाभुकम्प आएको थियो । त्यसवेला मध्यपुर थिमिमा पनि भौतिक तथा मानवीय क्षति व्यहोर्नु पर्‍यो । "विपतीमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं" भन्ने नारालाई आत्मसाथ गर्दै रेडक्रसका स्वयंसेवकहरु परिचालन गरियो । विपद्मा परेका जनसमुदायलाई त्रिपालदेखि राहत सामग्रीहरु वितरण गरियो । समुदायलाई विभिन्न सरुवा रोगहरुबाट बच्न औषधीहरु छर्ने कामहरु भयो । त्यसवेला विभिन्न संघसंस्थाहरुको सहकार्यमा कार्यक्रमहरु संचालन गरियो ।

छैठौं अधिवेशनबाट पूर्णकेशरी श्रेष्ठको नेतृत्वमा रेडक्रस अभियान अघि बढ्यो । विभिन्न संघसंस्थाहरुको सहकार्यमा विभिन्न कार्यक्रमहरु संचालन गरेको थियो । शवबाहन सेवालाई निरन्तरता दिंदै सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको थियो । यसरी गतिविधिहरु संचालन भइरहँदा कोरोनाको महामारीले अर्को बज्रपात आइलाग्यो । जनसमुदायलाई सानिटाइज गर्नेदेखि लिएर औषधी छर्ने काम भएको थियो । विषम परिस्थितिको बाबजूट पनि कार्यक्रमहरु संचालन भएको थियो । सोही गतिविधिलाई मूल्यांकन गर्दै नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरबाट उत्कृष्ट महिला स्वयंविका पुरस्कार प्राप्त गर्न सफल भयो । संशोधित विधान अनुसार दुईवर्षको कार्यकाल भएतापनि कोभिट-१९ को कारण एक कार्यकाल थप भएको थियो ।

यसरी हालसम्म यस उपशाखाले भक्तपुरकै उत्कृष्ट उपशाखा सम्मान ३ पटक, युवा रेडक्रस सर्कल-४ लाई उत्कृष्ट युरेस सम्मान ५ पटक, उत्कृष्ट महिला स्वयंसेवक १ पटक र विभिन्न संघसंस्थाहरुबाट पनि सम्मान र प्रशंसापत्रहरु प्राप्त गरिसकेको छ ।

pkzfvf ej gsf]nflu hUlf kfKL/ ej g lgdf0f sfo{f]hgf M

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी भक्तपुर शाखा अन्तर्गतका विभिन्न उपशाखाहरुले आफ्नै भवनबाट सेवा दिंदै आइरहेको अवस्थामा भक्तपुर जिल्लाकै जेठ (पहिलो) नेपाल रेडाक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको आफ्नै भवन नभएका कारण सेवा सम्प्रेशन गर्नमा केही असहजता भएको थियो । तात्कालिन सभापति दुर्गामोहन श्रेष्ठको पालामा उपशाखा भवन बनाउन मध्यपुर थिमि नगरपालिकामा जग्गा प्राप्तीका लागि निवेदशन पेश गरेको थियो । त्यसबेला तात्कालिन नगरप्रमुख मदनकृष्ण श्रेष्ठको पालामा नगर बैठकबाटै बप्पा महादेव मन्दिरको पूर्वपटी रहेको सार्वजनिक जग्गालाई मध्यपुर थिमिका ऐतिहासिक संस्था ल्याय्म्ह पुच: थिमि, ठिमी जेसीज र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा तिनै संस्थालाई जग्गा उपलब्ध गराउने निर्णय गरेको थियो । उक्त जग्गा तिनै संस्थाले उपभोग गर्न नपाउँदै कमेरोटार जग्गा एकीकरण आयोजना २०६९ सालमा लागु भयो । त्यसपछि आयोजनाले जग्गा मिलाई नदिएपछि तिन वटै संस्था मिलेर समय समयमा घच्घचयाउने काम भयो सुनुवाई भएन । आयोजनाबाट कुरा फेरी फेरी आयो त्यसपछि उक्त ठाउँमा जग्गा प्राप्त गर्न सकेन । समय बित्दै गयो । तात्कालीन सभापति तुईलाल श्रेष्ठको पालामा पनि भवन बनाउन धेरै मेहेनत गरियो । जग्गा प्राप्तीको लागि कहिले नगरपालिका, कहिले विभिन्न व्यक्तिहरुमा सम्पर्क गरिरह्यो । एक टुक्रा जग्गा किनेर भएपनि बनाउने कि भन्ने सोच आएको थियो तर प्रयास गर्दा पनि सफल हुन सकेन । तात्कालीन भुवनचरण श्रेष्ठको पालामा पनि जग्गा प्राप्तीका लागि कमेरोटार जग्गा एकीकरण आयोजनामा निवेदन समेत हालेको थियो त्यसको सुनवाई भएन । त्यसैगरी तात्कालीन सभापति ज्ञानदेव श्रेष्ठको पालामा पनि भवन निर्माण कुरा उठेको थियो । उहाँ पनि धेरै प्रयास गर्नु भएको थियो । जग्गाको लागि जनआदर्श कलेजको दक्षिणपटीको जग्गाको पनि कुरा गरेको थियो । पछि कुरा मिलेन जग्गा प्राप्तीको कुरा त्यसै टुङ्गीयो । त्यसैगरी तात्कालीन सभापति पूर्णकेशरी श्रेष्ठको पाला पनि जग्गा प्राप्तीको लागि पहलहरु अगाडि बढिरह्यो । साइत नजुरेर हो की जग्गा प्राप्त हुन सकेन । कुनैबेला संस्थाको जग्गा प्राप्त भएमा भवन बनाई दिने दाता समेत आएको थियो तात्कालीन सभापति रमेश उखा श्रेष्ठको पालामा । उपशाखाको भवन बनायो भने जिल्ला शाखाले ५ लाखसम्म सहयोग गर्ने भनेर जिल्ला बैठकले निर्णय नै गरेको छ ।

मिति २०७९ पुस ३० गते सम्पन्न सातौं अधिवेशनबाट नयाँ कार्यसमिति निर्वाचित भएपछि पहिलो प्रमुख प्रस्ताव नै उपशाखाको जग्गा प्राप्ती र भवन निर्माण गर्ने निर्णय गरियो । बि.सं. २०८० सालमा उपशाखालाई अर्को समस्या आइपऱ्यो । रेडक्रस बसिरहेको ठाउँ भत्काई पुनर्निर्माण गर्ने योजना थियो । नगरपालिकाबाट उक्त पाटी बनाउने जानकारी आइसकेपछि कार्यसमितिको तर्फबाट मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका नगरप्रमुख सुरेन्द्र श्रेष्ठलाई भेटघाट गऱ्यौं । उहाँले पवित्र संस्था रेडक्रसलाई जसरी भएपनि ठाउँको व्यवस्था गर्छु भनी आश्वासन दिनु भएपछि हामी ढुक्क भएर आयौं । रेडक्रसको कार्यालय सार्ने भनेर नगरपालिकाबाट पत्र आएपछि तत्कालै न.पा.को निर्देशन अनुसार क्वालाखु टोल बालकुमारी मन्दिर प्राङ्गणको उत्तर-पूर्वमा तुईलाल श्रेष्ठको घरको छेडीमा सार्नु भनी पत्र प्राप्त भएपछि हामीले तुईलाल श्रेष्ठको छेडीको पसलमा रेडक्रस कार्यालय साऱ्यौं । आर्थिक व्यवस्थापनको सवालमा सम्पूर्ण नगरपालिकाले नै व्यहोर्ने गरी व्यवस्था मिलाएकोले नगरप्रमुख सुरेन्द्र श्रेष्ठलाई धेरैधेरैकृतज्ञता सहित धन्यवाद दिन चाहन्छु । यसरी कार्य संचालन हुँदै आएकोमा फेरी नगरप्रमुख श्रेष्ठले जग्गा खोज्नुस् भवन बनाउन सहयोग गर्छु भनेर प्रतिवद्धता जनाउनभयो । त्यसै सिलसिलामा उपप्रमुख विजयकृष्ण श्रेष्ठ, ४ नं. वडाध्यक्ष बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ, नसस रामकेशरी श्रेष्ठ, उमेश श्रेष्ठ र मदन ख्या: श्रेष्ठलगायत जनप्रतिनिधिहरुले पनि भवन निर्माणको लागि बचनबद्धता जनाउनु भयो । सोही क्रममा हामीले बालकुमारी विष्णवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठको पहलमा वडा नं. ४ को तछुटोलमा पनि ठाउँ हेरे, राम्रै थियो तर केही व्यक्तिको असहयोगका कारण त्यहाँको ठाउँ मिलेन । हामीले बालकुमारी विष्णवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठसँग ठाउँको लागि धेरै पटक छलफल भयो । उहाँ पनि रेडक्रसको आजीवन सदस्य भएको नाताले धेरै प्रयास गरियो । फलत: म र दाई मिलेर एउटा ठाउँ उपयुक्त छ भने दाइले कहाँ भन्यो । अनि मैले विष्णुवीर वनको खोल्सा छेउमा

एउटा ठाउँ खाली छ त्यो ठाउँको अवस्था के छ भनेर सोध्दा दाइले त्यो ठाउँ त सामुदायिक वनकै हो भन्यो । त्यो ठाउँमा भवन बनाए कसो होला भने दाइले हुन्छ । वन उपभोक्ता समितिमा पनि कुरा राख्छु भन्यो । त्यसपछि बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिको कार्यसमितिको वैठक बसी “बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा”को सामुदायिक भवन बनाउने निर्णय गरियो । त्यसै गरी उपशाखाले पनि कार्यसमितिबाट बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिको कार्यसमितिको वैठक बसी “बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति र नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा”को सामुदायिक भवन बनाउने निर्णय गरियो । त्यसपछि नगर प्रमुख सुरेन्द्र श्रेष्ठ, उपप्रमुख विजयकृष्ण श्रेष्ठ, वडाध्यक्ष बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठलाई कृष्णलाल दाइ र हामीले यो कुरा सुनायौं । उहाँहरु पनि खुशी हुनु भयो । उहाँहरुले एकै स्वर भन्यो भवन यसपालि नै बनाउँछौं । उहाँहरुलाई कृतज्ञता व्यक्त गर्‍यौं । त्यस ठाउँलाई जिल्ला शाखा भक्तपुरका सभापति, मन्त्री, कोषाध्यक्ष, जनप्रतिनिधिलगायतका महानुभावहरुले अवलोकन गर्नुभयो । इष्टिमेट र भवनको नक्सा तयार गर्न कार्यसमितिले ई. पुष्परत्न रञ्जितको संयोजकत्वमा ५ सदस्यीय प्राविधिक टोली गठन गरे । उक्त प्राविधिक टोलीमा ई. उज्वल श्रेष्ठ, ई. अर्जेन श्रेष्ठ, ई. पूर्णसुन्दर श्रेष्ठ र ई. प्रबिना श्रेष्ठ रहनु भएको थियो । प्राविधिक टोलीबाट पनि प्रारम्भिक नक्सा तयार गरी लागत इष्टिमेट समेत तयार गरिसकेको छ । त्यसको समन्वय, सम्पर्क र छलफलका लागि उपशाखाका सचिव जीवन श्रेष्ठले पनि धेरै मेहेनत गर्नु भएको छ ।

उपशाखाको भवन निर्माणमा बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति र मध्यपुर थिमि नगर पालिकाको योगदान कोशेढुङ्गा सावित हुनेछ । मध्यपुर थिमि नगरपालिकाले आ.व. २०८१/८२ को कार्ययोजनामा रू. ३० लाखको बजेट विनियोजना गरेको छ साथै भवन निर्माण सम्पन्न नभएसम्म नगरपालिकाले क्रमागत रुपमा बजेट विनियोजन गरी सहयोग गर्ने प्रतिवद्धता जनाउनु भएको छ । भवन निर्माणमा सम्पूर्ण सेवाभावले आर्थिक तथा भौतिक सहयोग गर्नु हुन यस उपशाखा विनम्र अनुरोध गर्दछ ।

भवन निर्माण गर्न मध्यपुर थिमि नगरपालिकाबाट बजेट विनियोजन भएपछि मिति २०८१ कार्तिक २७ गते नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा र बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहको कार्यसमितिको संयुक्त वैठक बसियो । नेरेसो मध्यपुर थिमि उपशाखाको सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठको अध्यक्षतामा बसेको उक्त वैठकले मध्यपुर थिमि नपाको बजेट कार्यान्वयन गर्न भवन निर्माण उपभोक्ता समिति गर्ने र भवन निर्माणको शिलान्यास गर्ने निर्णय गरियो ।

वैठकको जिम्मेवारी अनुसार देवकी श्रेष्ठ र कन्या मन्दिर प्रजापतिले ज्योतिष मुकुन्दकृष्ण साहु श्रेष्ठमा गई शिलान्यासको साईत मंसिर ३ गते बिहान ९:३२ देखि ९:४५ सम्मको साईत लिएर आएको थियो । मिति २०८१ मंसिर ३ गते सोमबारका दिन प्रमुख अतिथि नगरप्रमुख सुरेन्द्र श्रेष्ठले विधिवत् रुपमा सामुदायिक (रेडक्रस/वन) भवनको शिलान्यास गर्नुभयो । नेरेसो मथि उपशाखाका सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठको सभापतित्वमा भएको उक्त शिलान्यास कार्यक्रममा विशेष अतिथि उपप्रमुख विजयकृष्ण श्रेष्ठ, अतिथि ४ नं. वडाध्यक्ष बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ, प्राविधिक टोली उपसमितिका संयोजक ई. पुष्परत्न रञ्जित, बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समूहका अध्यक्ष कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठ, सचिव भरत श्रेष्ठ, कोषाध्यक्ष रामकेशरी श्रेष्ठ, सदस्यहरु देवकी श्रेष्ठ, राम श्रेष्ठ, केदारलक्ष्मी श्रेष्ठ, बालप्रेमी माविका का.ब. प्रधानाध्यापक सुन्दर श्रेष्ठ, रेडक्रसका कार्यसमितिका सदस्यहरु, उपसमितिका सदस्यहरु, आजीवन सदस्यहरु र शुभचिन्तकहरु उपस्थित रहेको थियो ।

जय रेडक्रस !

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमको भविष्य स्वागतयोग्य छ तर संस्थागत विकास कसरी गर्ने ?

डा. अग्नी प्रसाद काफ्ले

पृष्ठभूमि :

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिम (प्राशिव्यता) ले सिधै रोजगारीसंग सम्बन्ध राख्दछ । आज पढ्नु सिक्नु भनेको भोलिको लागि कमाइ गर्न सक्ने र सफल जीवन यापन गर्न सक्ने बन्नु हो । प्राविधिक ज्ञान हासिल गर्नु, सिप सिक्नु र सिकेका ज्ञान र सिपलाई व्यवहारमा उतार्ने बानी बसाल्नु नै रोजगारीको लागि योग्य बन्नु हो । आज सिकेका ज्ञान, सिप र बानी व्यबहारले भविष्यमा काम गर्न सक्ने बनिन्छ । भोलिको कामलाई मध्यनजरमा राखेर काम गर्ने बानी बसाल्दै जानुपर्छ । सिक्ने बखतमै राम्रो काम गर्ने बानी बसाल्नु जरुरी हुन्छ । नत्र कामको लागि तयार भइँदैन, समय र लगानी व्यर्थ हुन्छ । सबै सिक्ने सिकाउनेहरूले यो कुरा बुझ्नु जरुरी छ ।

हरेक बाल-बालिका तथा युवा युवतीहरूलाई भोलिको लागि योग्य र सक्षम बनाउनु बाबु-आमा (परिवार), शिक्षक, विद्यालय, विश्वविद्यालय, पेशाकर्मीहरू, रोजगारदाताहरू, विभिन्न तहका सरकार र प्राशिव्यताको लागि विशेष जिम्मेवारी तोकिएका सिटिइभिटि जस्ता संस्थाको प्रमुख भूमिका रहन्छ । परिवारदेखि संघीय सरकार, सिटिइभिटि र शिक्षा मन्त्रालयसम्मलाई प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिममा संलग्न विभिन्न तहका संस्था भन्न सकिन्छ । यी संस्थाहरूको समझदारी, सिकाइ, सक्षमता, सबलता, प्रभावकारिता एबं कार्यदक्षतामै प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमको भविष्य निर्भर हुन्छ । यी संस्थाहरूको संस्थागत विकास कसरी गर्ने भन्ने कुरा नै आजको शिक्षा प्रणालीको मुख्य चुनौती रहेको छ ।

नेपालको ५०-६० वर्षको शैक्षिक इतिहासमा प्राशिव्यताको महत्व बिस्तारै बढ्दै आइरहेको छ । समाजको सोचाइमा परिवर्तन हुदै आइरहेको छ । सरकारी र निजी स्तरमा धेरै संस्थाहरू खुल्दै आएका छन् । विद्यार्थीको रुचि र विश्वास बढ्दै गैरहेको छ । सिपयुक्त व्यक्तिहरू नेपाल र वैदेशिक रोजगारीमा हुम्मिन थालेका छन् । कोभिड १९ को कारणले स्वदेश फर्किएका युवाहरूले आफ्नै गाउँ-ठाउँमा विभिन्न व्यवसाय सुरु गर्न थालेका छन् । भनिन्छ, विभिन्न व्यवसायमा हरेक वर्ष पाँच-छ लाखभन्दा बढी सिपयुक्त युवाहरूको खाँचो छ । नेपालको केही दशक यताको राजनैतिक परिवर्तन पछि शिक्षा विकासको क्रममा आभिभावक, युवाहरू, राजनैतिक पार्टीहरू, संघीय सरकारको शिक्षा नीति र अरु सरोकारवालाहरूले प्राशिव्यताको आवश्यकताको बोध गराउन थालेका छन् । संविधान भने प्राशिव्यताप्रति त्यति स्पष्ट छैन । शिक्षा ऐन अहिलेसम्म पनि बन्न सकेको छैन । ऐन बन्न नसक्नु शिक्षा विकासमा प्रतिनिधि सभा एवं संघीय संविधानपछिका सरकारहरूको अकर्मन्यता नै हो भन्न सकिन्छ ।

विद्यालयहरूमा व्यापक रुपमा प्राशिव्यता पढाउने सिकाउने प्रक्रीया २०२०-३० को दशकबाटै सुरु भएको हो । २०२० को दशकमा अमेरिकी सहयोगमा बहुउद्देशीय विद्यालयहरू, ३० को दशकमा राष्ट्रिय शिक्षा योजनामा

४०० पूर्णाङ्क सहितका व्यवसायिक विद्यालयहरू र त्यसपछि हालसम्म विभिन्न सहयोग एवं रिनमा प्राविधिक शिक्षालयहरू स्थापना भई संचालन हुँदै आएका छन् । यस अतिरिक्त सामुदायिक विद्यालयहरूमा पनि प्राविधिक तथा व्यवसायिक शिक्षा समावेश गर्ने अभ्यासहरू हुँदै आएका छन् । यो विकासको क्रम र आज-भोलिको आवश्यकतालाई हेर्दा प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमको भविष्य स्वागतयोग्य देखिन्छ, आशावादी देखिन्छ तर यस्ता संस्थाहरूको दिगो र भरपर्दो विकास कसरी गर्ने गराउने भन्ने प्रमुख प्रश्न खडा भएको छ ।

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमा देखिएका विद्यमान कमजोरीहरू :

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमको थालनी २०२०-३० को दशक देखिनै हालसम्म निरन्तर रुपमा विभिन्न अध्ययनबाट देखिएका कमजोरीहरू यस प्रकार छन् :

(१) योग्य र तालिम प्राप्त प्रशिक्षकको अभाव,
(२) सिकाइको लागि अति आवश्यक हार्डवेर, कार्यशाला एवं सृटवेरको कमी,
(३) कार्यशाला एवं कार्यस्थलमा प्राक्टिकल अभ्यासको कमी,
(४) शिक्षालय स्तरमा स्रोत संकलन, स्रोत परिचालन, समय-व्यवस्थापन, प्रशिक्षक व्यवस्थापन, प्राक्टिकल अभ्यासको व्यवस्थापनमा गम्भीर कमजोरी,
(५) कार्यगत तालिमलाई छोट्याउनु र प्रभावकारी ढंगबाट व्यवस्थापन गर्न नसक्नु, र
(६) शिक्षालय स्तरमा नियमित अनुगमन नगर्नु, गुणस्तर बृद्धिमा ध्यान नदिनु, र शिक्षालयस्तरमा स्थानीय, प्रदेश र संघीय स्तरका जिम्मेवार संस्थाहरूबाट पर्याप्त सहयोग नपुग्नु ।

मैले यस लेखमा बाबु-आमा (परिवार), शिक्षक, विद्यालय, पेसाकर्मीहरू, रोजगारदाताहरू, विभिन्न तहका सरकार र प्राशिव्यताको लागि विशेष जिम्मेवारी तोकिएको संस्था (सिटिइभिटि) साधारण शिक्षा दिने संस्थाहरुलाई प्राशिव्यताको जिम्मेवार संस्थाको रुपमा लिएको छु । अब ती संस्थाहरूको संस्थागत विकास कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने मेरा धारणाहरू तलका केही बुँदाहरूमा राख्दै छु । प्राशिव्यताको भविष्य जिम्मेवारी बहन गर्ने संस्थाहरूको विकास र सक्रियतामै भर पर्दछ ।

परिवारको सोचाइ र सक्षमता :

गरी खान किताबी विद्याको प्रमाणपत्र लिएर मात्र नपुग्ने रहेछ । सिप सिक्नै पर्ने रहेछ भन्ने चेतना आजका बाबुआमा र युवाहरूमा विकसित हुँदै गएको पाइन्छ । प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिम सस्तो छैन । सिप सिक्नलाई प्रशस्त शैक्षिक समाग्री चाहिन्छ । सिप सिकेका शिक्षकहरू चाहिन्छ । सिक्ने राम्रो वाताबरण चहिन्छ । सिप सिक्न मेसिन औजारले भरिपूर्ण कार्यशालाहरू चाहिन्छ । यसका लागि सरकारको मात्र भर पर्नु, वैदेशिक रिन र सहयोगको मात्र आस गर्नु दिगो र पर्याप्त नहुन सक्छ । बाह्य रिन लियौं भने पनि हाम्रा सन्ततिले तिर्नै पर्छ । बाह्य रिनको व्यवस्थापन पनि त्यति सजिलो र प्रभावकारी देखिएको छैन । देशभित्र उठेको कर सबै कामका लागि पर्याप्त छैन । कर उठाउने र कर व्यवस्थापन प्रणाली पनि त्यति प्रभावकारी भैसकेको छैन । नभै नहुने कुरामा सहयोग चाहिन्छ, रिन पनि लिनु पर्ला । तर सबै कुरा रिन र सहयोगबाट संभव छैन । अत: परिवार वा बाबुआमा या प्रशिक्षार्थी आफैले शुल्क या सहयोगको रुपमा केही दिने गर्दा गुणस्तरीय सिप सिक्ने वातावरण जुटाउन सकिन्छ । त्यसैले आफ्नो औकातले सकेसम्मको शुल्क तिरौं, हरेक महिनामा एक दुई दिनको कमाई आफ्नो सन्तानका लागि लगानी गरौं, सक्दो सहयोग गरी भावि सन्ततीको भविष्य उज्वल राख्ने कोशिष गरौं । साह्रै विपन्नहरूको लागि स्थानीय स्तरको मूल्यांनमा छात्रवृत्तिको व्यवस्था गरौं । यस्तो समर्पण गर्न सकियो, यो जिम्मा लिन सकियो भने

शिक्षालयहरू लामो समयसम्म चल्न सक्ने र आवश्यकता अनुसारको गुणस्तरीय शिक्षा तथा सिप तालिम दिन सक्ने हुन्छन ।

राजनैतिक पार्टीहरूको सोच र कटिबद्धता :

अहिले देशमा बहुदलीय शासन व्यवस्था छ । धेरै दलको घोषणापत्र हेर्दा प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिममा जोड दिनुपर्छ भन्ने देखिन्छ । विकसित देशहरूमा ६०-७० प्रतिशतसम्म विद्यार्थी प्राशिव्यतामा गएको देखिन्छ । नेपालको सबै तहका संसदीय बैठकहरूमा यही आवाज घन्किएको सुनिन्छ । यो परिवर्तित एवं प्रशंसनीय सोच हो । तर प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमलाई कसरी संभव गराउने, कसरी गुणस्तरीय बनाउने, कसरी दीगो र दीर्घकालीन गराउने, स्रोतहरू कसरी जुटाउने, प्राप्त स्रोतको सदुपयोग कसरी गराउने, सबै पक्षको सहयोग कसरी जुटाउने, योग्य शिक्षक कसरी छान्ने र योग्य शिक्षकलाई लामो समयसम्म विद्यालयमा कसरी टिकाइ राख्ने, र हरेक शिक्षण संस्था वा तालिम केन्>लाई राजनीतिभन्दा पृथक अनि माथि कसरी राख्ने भन्ने समझदारीको विकास भयो भने संस्थाहरू दिगो रुपले चल्न सक्छन् । यो केवल क्षणिक चुनावी नारामा सीमित हुनु भएन । पार्टीको लोकप्रियताको लागि मात्र बोल्नु भएन । पार्टी परिपक्व भयो भने मात्र सरकार परिपक्व हुन्छ । समयानुकूल सुधारिएको र दीगो शिक्षा प्रणालीले राजनैतिक स्थिरता पनि कायम राख्छ । पछाडि फर्कि फर्कि संधै राजनैतिक प्रणालि नै उल्ट्याउने क्रान्ति गरी राख्नु पर्दैन । सबैका लागि शिक्षा, सिपयुक्त शिक्षाले धेरै कुरामा स्थिरता ल्याउन सक्छ ।

प्राविधिक शिक्षा वा तालिमको स्थापनाका सर्तहरू :

प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमको माग व्यापक छ । बिना तैयारी अपरिपक्व ढंगबाट शिक्षालय खोलियो भने त्यो राम्रोसंग चल्न सक्दैन, दिगो हुन सक्दैन, भने जस्तो जनशक्ति उत्पादन गर्न सकिँदैन । प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिम सुरु गर्नुपूर्व यी कुराहरूमा पुरा ध्यान जानु जरुरी छ:

(१) त्यस क्षेत्रमा कस्तो खालको शिक्षा र सिपको आवश्यकता छ त्यसको पहिचान हुनु पर्यो,

(२) सिपयुक्त योग्य शिक्षकको व्यवस्था हुनु पर्यो, योग्य र अनुभवी शिक्षक छान्नु पर्यो

(३) सिकाइको लागि उपयुक्त कक्षाकोठा कार्यशाला वा कार्य थलोको व्यवस्था हुनु पर्यो

(४) सक्षमतामा आधारित पाठ्यक्रम, पाठ्य सामग्री, सिकाइका लागि आवश्यक हार्डवेर र सृटवेर हुनु पऱ्यो र प्राक्टिकल गर्ने कामको योजना र सामग्री हुनु प-यो

(५) पर्याप्त मात्रामा संचालन खर्चको व्यवस्था हुनु पऱ्यो कति फी लिने, स्थानीय, प्रदेश र संघीय सरकारबाट कति सहयोग हुन सक्छ, प्राविधिक शिक्षामा लगानि गर्ने आर्थिक नीति स्पष्ट हुनु पऱ्यो । तव मात्र शिक्षालय वा तालिम केन्द्र वा चलिरहेको विद्यालयमा प्राविधिक धारका कार्यक्रमहरू खोल्नु उपयुक्त हुन्छ ।

शिक्षालय वा तालिम केन्द्रको व्यवस्थापन :

कुनै पनि शिक्षण संस्थाको सफलता र प्रभावकारिता शिक्षालय व्यवस्थापनमा भर पर्दछ । व्यवस्थापन भन्नाले शिक्षालयको लागि चाहिने भौतिक र मानवीय स्रोतहरू जुटाउने, प्राप्त स्रोतको अधिकतम उपयोग गर्ने, मरमत सम्भार गर्ने, सरकारको मात्र मुख ताकेर नबस्ने, विद्यालय स्तरबाट पनि स्रोतहरू जुटाउने गर्नु पर्दछ । शिक्षालय भौतिक र मानवीय साधन सम्पन्न हुनु पर्यो र व्यवस्थापन समिति पूर्ण रुपले जिम्मेवार हुनु पर्यो । हरेक स्रोत साधन र गतिविधि सिकाइलाई टेवा पुर्याउने खालको हुनु पर्यो । शिक्षण संस्थाभित्र राजनीतिक खिचातानी गर्नु भएन ।

(१) विद्यालयमा भौतिक साधन भन्नाले कक्षा कोठा, कार्यशाला, मेसिन, टुल औजार, सिक्नको लागि चाहिने हार्डवेयर, ठोस सामग्रीहरू आवश्यकता अनुसार जुटाउनु

पर्दछ । त्यस्तै भौतिक साधन भित्र पर्ने अरु सिक्ने सामग्रीहरू हुन पाठ्यक्रम, पाठ्य सामग्री, प्राकटिकल योजना र कार्यको निरन्तरताको लागि चाहिने सामग्रीहरू र अभ्यास गर्ने स्थलहरू ।

(२) शिक्षालयमा मानवीय साधन भन्नाले विशेष गरी विद्यार्थी, शिक्षक, व्यवस्थापन समिति मानिन्छ । यिनीहरूको अत्यधिक परिचालन गराउनु विद्यालय व्यवस्थापनको प्रमुख काम हो । हरेक दिन हरेक मिनेट विद्यार्थीलाई सिकाइमा संलग्न राख्नु पर्यो, शिक्षकको तोकिएको हरेक मिनट सिकाइमा प्रयोग हुनु पर्यो । विद्यार्थीलाई प्रयोगात्मक सिकाइमा निरन्तररुपमा संलग्न गराइ राख्नु पर्यो । प्रअले पनि पढाउने र शिक्षक विद्यार्थीलाई सिक्ने सिकाउने काममा निरन्तर सहयोग पुर्याइ राख्नु पर्यो ।

(३) शिक्षालय व्यवस्थापनमा व्यवस्थापन समितिको पनि उत्तिकै ठूलो भूमिका रहेको हुन्छ । शिक्षालयमा स्रोत साधन जुटाउने, योग्य शिक्षकहरू राख्ने वा टिकाइ र ाख्ने, प्रअ, शिक्षक र विद्यार्थीलाई अधिकतम सहयोग गर्ने राम्रो सिकाइको लागि । शिक्षालय सुदृढीकरण र संस्थागत विकासका लागि हरतरहको सहयोग पुर्याउने । शिक्षालयलाई राजनैतिक अखडा हुनबाट जोगाउने । शिक्षालयको नियमित रुपले अनुगमन गर्ने । अनुगमनबाट देखिएका कमीकमजोरीहरूलाई हटाउन प्रअ, शिक्षक र विद्यार्थीलाई सहयोग गर्ने, सहकार्य गर्ने ।

विद्यार्थी र शिक्षक व्यवस्थापन :

विद्यालय वा शिक्षालयमा सबभन्दा महत्वपूर्ण विद्यार्थी हुन्छन् भने सबभन्दा शक्तिशाली प्रशिक्षक हुन्छन् । विद्यार्थी महत्वपूर्ण यस अर्थमा छन्: शिक्षालय, परिवार र देशको भविष्य उनीहरूमा निर्भर छ भने राज्यले शिक्षा मन्त्रीदेखि विद्यालय स्टाफ सम्मलाई गरेको खर्च भोलिका लागि योग्य विद्यार्थी बनाउनका लागि नै हो । शिक्षा प्रणालिले यो कुर ा बुझ्न सकेन भने गुणस्तरीय र दिगो शिक्षा हुन सक्दैन । शिक्षामा सबभन्दा शक्तिशालि तत्व शिक्षक हो । किनभने विद्यार्थी पास हुन सक्ने गरी पढाउने वा फेल हुने गरी पढाउनेह पढेपछि काम गर्न सक्ने गरी पढाउने वा काम गर्न नसक्ने गरी पढाउने सबै शक्ति शिक्षकमै हुन्छ । अत: देशको पुरा भविष्य शिक्षक वा प्रशिक्षकको हातमा छ ।

त्यसो भए सिपयुक्त योग्य शिक्षकको व्यवस्था कसरी गर्ने त ? हाल सबै खालका वा सबै क्षेत्रका प्राशिव्यताको लागि चाहिने प्राविधिक सिप, नरम सिप, र प्रशिक्षण सिप तीनै सिप एकै संस्थामा सिकाइ उत्पादन गर्ने कुनै एउटै संस्था (Single institute) छैन । तथापि विभिन्न विश्वविद्यालय वा फरकफरक संकाय (Faculty) हरूबाट उत्पादन गरिने इन्जिनियर, डक्टर, नर्स, कृषि विज्ञ, आदिलाई शिक्षक वा प्रशिक्षकमा नियुक्ति गर्नु अति राम्रो थालनी भएको छ । यो पेशामा प्रवेश गरेका वा गर्न चाहने यस्ता व्यक्तिहरूलाई आफुले पढाउने विषयमा केहि मात्रामा केही महिनाको (Andragogy, pedagogy skill, occupational technical skill and soft skills) दिएर काममा लगाइयो भने अति उत्तम शिक्षक बन्न सक्ने देखिन्छ । यस्ता प्रशिक्षकहरूलाई पेसामा टिकाइ राख्न हरेक वर्ष प्रतिस्पर्धात्मक परीक्षा गराई स्थायी नियुक्ति दिने, वृत्ति विकास (Career path) र अवकाशका सर्तहरू स्पष्ट गरिदिनु पर्छ । सेवा स्थानीय तहको भए पनि हुन्छ, प्रदेश स्तरको भए पनि हुन्छ । तर पद्धति भरपर्दो र विश्वासनीय हुनु पर्दछ । संघीय स्तरको बनाइ रहनु जरुरी देखिँदैन । हरेक पाँच वर्षमा शिक्षण लाइसेन्स नवीकरण गर्ने, पटक पटक स्कुलमै गएर तालिम दिने व्यवस्था गर्न सक्ने हो भने सक्षम शिक्षक बनाउन सकिन्छ भरपर्दो सेवा-पथ (Career path) र सुविधा दिन सके उनीहरूको निरन्तर र स्तरयुक्त सेवा पनि पाउन सकिन्छ ।

कार्यगत तालिमको व्यवस्थापन :

कार्यगत तालिमबाट बिद्यार्थीले धेरै राम्रो सिक्ने अवसर पाउँछन् । यदि कार्यगत तालिमलाई छोट्याउने र औपचारिकता पुर्याउने काम मात्र गरिन्छ भने त्यसले प्राविधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालिमको महत्वलाई नै नष्ट गर्दछ । हाल प्राशिव्यतामा ह्रास आउनुका धेरै कारणहरू मध्ये कार्यगत तालिमलाई छोटो बनाउनु र औपचारिकता पुरा गर्ने मात्र भएकोले पनि हो । अनुसन्धानबाट पनि यी कुराहरू पुष्टि भएका छन् ।

शिक्षालयहरूले कार्यगत तालिममा गर्नु पर्ने मुख्य कामहरू हुन :

(१) विद्यार्थीको सिकाइसँग उपयुक्त संस्थाको खोजि गर्ने र विद्यार्थीलाई त्यहाँ पठाउने व्यवस्था गर्ने,

(२) त्यस संस्थासँग सहकार्य गरी विद्यार्थीले सिक्नु पर्ने सक्षमता सूची तयार गर्ने,

(३) उपयुक्त सुपरभाइजरको व्यवस्था गर्ने,

(४) बेला बेलामा नियमित रुपले शिक्षालयबाट निरीक्षण गर्ने,

(५) सुपरभाइजरसँग सहकार्य गरी सिक्नु पर्ने सक्षमता सूची अनुसार हरेक विद्यार्थीले सिके नसिकेको एकीन गरी सबै सक्षमता (Competence) सिकाएर पास भैसके पछिमात्र प्रमाणपत्र दिलाउने । कार्यगत तालिमको अवधि बढाउन संस्थागत निर्णय गर्नु जरुरी छ । कार्यगत तालिमको अवधि कम्तीमा ६ महिनादेखि एक वर्षको हुनु जरुरी छ ।

प्रा शि ब्य ता मा बर्तमान हवस्थालाइ बिश्लेषण गर्दा बिभिन्न अवधिका बिभिन्न प्रकारका कार्यक्रमहरु संचालनमा धेरै संस्थाहरु संलग्न छन्। जहासंम प्राबिधिक शिक्षा तथा व्यवसायिक तालीमको भबिष्यको कुरा छ, तालिम दिने संस्थाहरुको संस्थागत विकास एवं सुदृढीकरणमा निर्भर गर्दछ। संस्थाहरुको बिश्लेषण गर्दा कार्यक्रममा दोहोरोपन (Duplication), ९-१२ को अब्यवहारिक पाठ्यक्रम, तालीम प्राप्त प्रशिक्षकको अभाव, प्रशिक्षकहरुको पेशागत पथ (Career path) को अभाव, शिक्षालयमा मेशिन, औजार, शैक्षिक सामग्रीको अभाव, प्रयोगात्मक सिकाई (Practical exercise) को कमी, अपर्याप्त नाम मात्रको On the Job Training, शिक्षालय तहमा प्रभावकारी ब्यवस्थापनको अभाव र बजेटको कमि देखिएका छन्। त्यसै गरी प्राशिब्यता मा गुणस्तर (Quality) मा प्रश्नहरु उठ्दै आएका छन्। प्रिडिप्लोमा, डिप्लोमा, ९-१२ प्राबिधिक धार र छोटो अवधिका तालीम कार्यक्रमहरुलाइ कसरी सुधार गर्ने र गुणस्तर कायम गर्ने, सीप बिकास संबन्धी आवधिक परियोजनाहरुलाई कसरी संस्थागत गरी निर्तरता दिने प्रश्नहरु प्रमुख रुपमा खडा भएका छन् ।

यदि यी प्रश्न तथा समश्याहरु समधान गर्न सकिएमा र मानबिकी र प्राबिधिक बीचको अन्तरसंबन्ध स्तापित गर्न सके प्राबिधिक शिक्षा तथा ब्यवशायिक तालिमको भबिष्य उज्वल देखिन्छ। ऐलेको परिबर्दित सन्दर्भमा हरेक नागरि कले आधुनिक ब्यवशायिक सीप सिक्नु अपरिहार्य जस्तै भएको छ। कुनै ब्यक्तिले डिप्लोमा गरेर बि ए, एम ए पढ्छ भने जुनसुकै तहको काम पनि गर्न सक्छ। विभिन्न तहका सरकारहरूको उत्तरदायित्व हाल देशमा तीन तहका सरकारहरू छन । संघीय, प्रदेश, र स्थानीय । विद्यार्थीले ज्ञान, सिप र व्यवहार सिक्ने काम केवल शिक्षालयको कक्षाकोठा, प्रयोगशाला र कार्यगत तालिम स्थलबाट मात्र हुन्छ । अझ स्पष्ट रुपमा भन्ने हो भने प्रशिक्षक र विद्यार्थी बीचको अन्तरक्रिया र गतिबिधिबाट मात्र हुन्छ । अत: यी तीनै सरकारको मुख्य काम हो सिक्ने ठाउँहरूलाई प्रभावकारी बनाउने । शिक्षालयहरूलाई बढी सक्षम र स्रोतपूर्ण बनाउने । नियमित रुपले अनुगमन गरी हरतरहले प्रअ, शिक्षक र विद्यार्थीलाई सहयोग पुर्याउने ।

सिकाइलाई प्रभावकारी बनाउने मुख्य काम हुन् :

शिक्षा बजेटको बढी अंश विद्यालयमा पठाई दिने, शिक्षालयमै गई शिक्षकलाई तालिम दिने, पर्याप्त मात्रामा शैक्षिक सामग्रीको

व्यवस्था गर्ने, आन्तरिक मूल्यांकनमा बढी जोड दिने, प्रभावकारी सिकाइ र रोजगारीका लागि विद्यार्थीलाई काउन्सिलिङ सेवा दिने, सिकाइलाई सहयोग पुर्याउने खालका नीति बनाई लागु गर्ने । अभिभावक र शिक्षासँग सरोकार राख्ने सबैबाट सहयोग जुटाउने । मेरो ४०-५० वर्षको अनुभव र विचार मा संघीयदेखि स्थानीय तहका सरकारहरूले शिक्षालय वा विद्यालय, प्रअ, शिक्षक र विद्यार्थीलाई केन्द्र बिन्दु मानी आफ्नो उत्तरदायित्व पुरा गर्न सके भने प्राविधिक शिक्षा र व्यवसायिक तालिमको भविष्य उज्वल छ । यसले व्यक्तिदेखि सम्पूर्ण देशको विकासमा दह्रो ढङ्गले मद्दत गर्न सक्छ, संस्थाहरू चीरस्थायी हुन्छन्, विकास दिगो हुन सक्छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं
छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Sunil Joshi
Propietor
LETS CONNECT
Mob.- 9841273418
** We deal all brands of Mobile & Mobile accessories.*
** Mobile & Laptop repairs also available.*

रक्तदानको महत्व

; lj gf >]7
उपसभापति, नेरेसो म.थि.उपशाखा

१. **परिचय :**

रक्तदान एक महत्वपूर्ण कार्य हो, जसले विश्वभर लाखौंको जीवन बचाउ छ । रक्तदानको प्रक्रियामा स्वैच्छिक रुपमा रगतदिनु समावेश छ, जुन त्यसपछि शल्यक्रिया, विभिन्न चिकित्सा अवस्थाहरुको उपचार, र आपतकालीन अवस्थामा चिकित्सा उद्देश्यका लागि प्रयोग गरिन्छ । रक्तदानको उद्देश्य स्वास्थ्य सेवामा चलिरहेको माग पूरा गर्ने रगतको स्थिर आपूर्ति प्रदान गर्नु हो । यसले रगत ट्रान्सफ्युजनको आवश्यकता भएका बिरामीहरुलाई सुरक्षित र मिल्दो रगतको पहुँच सुनिश्चितगर्न मद्दत गर्छ । अन्ततः, रक्तदानले आवश्यक परेका व्यक्तिहरुको स्वास्थ्य र कल्याणलाई दिगो बनाउन महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ, यसलाई विश्वव्यापीरुपमा स्वास्थ्य सेवा प्रणालीको एक आवश्यकपक्ष बनाउँछ । निम्न खण्डहरुले रक्तदानको महत्व र प्रभावका साथै यसले दाता र प्रापक दुवैलाई प्रदानगर्ने फाइदाहरुबारे थप जानकारी दिनेछ ।

२. **रक्तदानका फाइदाहरु :**

रक्तदान भनेको स्वेच्चिइक रुपमा रगत दिने निःस्वार्थ कार्य हो, जुन त्यसपछि रक्तदानको आवश्यकता परेका बिरामीहरुलाई मद्दत गर्न प्रयोग गरिन्छ । रक्तदानको उद्देश्यशल्यक्रिया, आघात हेरचाह, र विभिन्न चिकित्सा अवस्थाहरुको लागि उपचार जस्ता चिकित्सा प्रक्रियाहरुमा प्रयोग गर्न रगत सङ्कलन र भण्डारण गर्नु हो । रक्तदान गरेर, व्यक्तिहरुले जीवनबचाउन र अरुको स्वास्थ्य सुधार गर्न सक्ने महत्वपूर्ण स्रोत प्रदान गर्छन् । उदारताको यो कार्यले विश्वव्यापी स्वास्थ्य सेवा प्रणालीहरुमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ, किनकि यसले अस्पताल र स्वास्थ्य सेवा सुविधाहरुमा बिरामीहरुको आवश्यकताहरु पूरा गर्न रगत आपूर्ति पर्याप्त रहने सुनिश्चित गर्दछ । संक्षेपमा, रक्तदानको उद्देश्यचिकित्सा हस्तक्षेपहरुको लागि आवश्यक महत्वपूर्ण स्रोत प्रदान गरेर अरुको भनाइमा योगदान दिनु हो । अन्ततः, रक्तदानले खँचोमा परेकाहरुलाई मद्दत गर्ने र अरुको स्वास्थ्य र जीवनमा सकारात्मक प्रभावपार्ने मानवीय भावनालाई मूर्त रुप दिन्छ ।

रक्तदानले प्राप्तकर्ता र दाता दुवैको लागि धेरै फाइदाहरु छन् । सबैभन्दा महत्वपूर्ण फाइदाहरुमध्ये एक जीवन बचाउने क्षमता हो । प्रत्येक पटक एक व्यक्तिले रगतदान गर्दा, तिनीहरुसूग दुर्घटना पीडितहरु, शल्यक्रियाका विरामीहरु र रक्तअल्पता जस्ता चिकित्सा अवस्था भएकाहरुका लागि जीवन बचाउने उपचारमा योगदान गर्ने क्षमता हुन्छ । रगतदान गर्ने साधारण कार्यले अरु कसैको जीवनमा गहिरो परिवर्तन ल्याउन सक्छ, उनीहरुलाई सबैभन्दा ठूलो आवश्यकताको समयमा उनीहरुलाई आवश्यक पर्ने महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान गर्दै जीवन बचाउने परोपकारी लाभहरुको अतिरिक्त, त्यहाँ दाताहरु आफैंका लागि चिकित्सा लाभहरु पनि छन् । नियमित रक्तदानले रगतमा आइरनको मात्रा घटाएर मुटु रोग र केही प्रकारको

क्यान्सरको जोखिमलाई कम गर्न मदत गर्छ । यसबाहेक, रगतदान गर्नु स्वास्थ्य जाँचको रुपमा काम गर्न सक्छ, किनकि दाताहरुले दान गर्नु अघि उनीहरुको स्वास्थ्य राम्रो छ भनी सुनिश्चित गर्न नि:शुल्क चिकित्सा जाँच पाउछन् । यसले सम्भावित स्वास्थ्य समस्याहरुको प्रार म्भिक पहिचान प्रदान गर्न सक्छ र दाताहरुलाई उनीहरुको कल्याण कायम राख्न सक्रिय कदमहरु चाल्न प्रोत्साहित गर्दछ । समग्रमा, रक्तदानका फाइदाहरु दूरगामी छन्, जसले रगत चढाउन आवश्यक भएकाहरुमा ठोस प्रभाव र दाताहरुको स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभावहरु समावेश गर्दछ । रक्तदान गरेर, व्यक्तिहरुले आफ्नो कल्याणको प्रवर्द्धनगर्दै महत्वपूर्ण सामाजिकआवश्यकता पूरा गर्न सक्छन् ।

२.१. जीवनबचाउने :

संसारभरि जीवनबचाउन रक्तदान महत्वपूर्ण छ । जब व्यक्तिहरुले रगतदान गर्छन्, यो शल्यक्रिया, आघात पीडित, क्यान्सर रोगीहरु, र दीर्घकालीन रोग भएका व्यक्तिहरुलाई मद्दत गर्न प्रयोग गर्न सकिन्छ । आपतकालीन अवस्था वा प्राकृत्तिक प्रकोपमा, दान गरिएको रगतको उपलब्धताले आवश्यक परेकाहरुको लागि जीवन र मृत्युको बीचमा भिन्नता ल्याउन सक्छ । रक्तदान गर्ने कार्यले प्रत्यक्षरुपमा अरुको कल्याण र बाँचनको लागि योगदान पुरुयाउँछ, यसलाई अविश्वसनीय रुपमा शक्तिशाली र नि:स्वार्थ कार्य बनाउँछ । रगतदान गरेर, व्यक्तिहरुले अरुको जीवनमाप्रत्यक्ष र ठोस प्रभावपार्ने मौका पाउँछन्, सम्भावितरुपमाप्रत्येक दानले धेरै जीवन बचाउँछन् । यसबाहेक, चिकित्सा उपचारको लागिपर्याप्त रक्तआपूर्ति कायम राख्न रक्तदान आवश्यक छ । दानगरिएको रगत अंगप्रत्यारोपण, बच्चा जन्माउने जटिलताहरु र एनीमिया र हेमोफिलिया जस्ता अवस्थाहरुको लागि दीर्घकालीन उपचार सहित विभिन्न चिकित्सा प्रक्रियाहरुको लागि प्रयोग गरिन्छ । दानगरिएको रगतको स्थिर आपूर्ति विना, स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरुले अनगिन्ती जीवनलाई जोखिममा राखेर रगत चडाउन आवश्यक पर्ने बिरामीहरुको आवश्यकताहरु पूरा गर्न संघर्ष गर्नेछन् । तसर्थ, जीवनबचाउन रक्तदानको महत्वलाई अतिरंजित गर्न सकिँदैन, किनकि यसले जीवन बचाउने चिकित्सा हेरचाहको आवश्यकता भएका व्यत्तिहरुलाई महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । अन्तमा, रगतदान गर्ने कार्य समाजको भलाइको लागिअपरिहार्य योगदान हो, किनकि यसले आवश्यक परेकाहरुको जीवन बचाउने र सुधार गर्ने क्षमतामा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्छ ।

२.२. दाताहरुको लागिचिकित्सालाभहरु :

जीवनबचाउने महत्वपूर्ण प्रभावको अतिरिक्त, रक्तदानले दाताहरुको लागि चिकित्सा लाभहरु पनि प्रदान गर्दछ । जब तपाई रगतदान गर्नुहुन्छ, तपाईले तपाइँको रक्तचाप, हेमोग्लोबिन स्तर, र समग्र स्वास्थ्य मूल्याङ्कन सहितको सानो-शारीरिक चेक-अपबाट गुज्रनुहुन्छ । यो स्वास्थ्य परीक्षणले कहिलेकाहीं अन्तर्निहित स्वास्थ्य समस्याहरु पहिचान गर्न मद्दत गर्न सक्छ जुन तपाईंलाई थाहा नहुन सक्छ । रगतदान गरेर, तपाईंले नयाँ रक्तकोशिकाहरुको उत्पादनलाई पनि उत्तेजित गर्नुहुन्छ, जसले क्यान्सर, कलेजो र फोक्सोका रोगहरु, र हृदय रोगहरु जस्ता केही रोगहरुको जोखिम कम गर्न मद्दत गर्न सक्छ । यसबाहेक, नियमित रक्तदान हृदय रोगको कम जोखिम सँग सम्बन्धित छ । जब तपाई रगतदान गर्नुहुन्छ, यसले शरीरमा फलामको स्तर कम गर्न मद्दत गर्दछ, जसले हृदयघात र स्ट्रोकको जोखिम कम गर्न सक्छ । थपरुपमा, रक्तदानले तपाईको मानसिक स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पार्न सक्छ । यसले तपाईलाई पूर्ति, उद्देश्य, र ठूलो योगदान गर्ने भावना दिन्छ । समग्रमा, रक्तदानको चिकित्सा लाभहरु अरुलाई मद्दत गर्ने कार्य भन्दा बाहिर फैलिएको छ र दाताहरुको स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव पार्न सक्छ ।

३. पर्याप्त रगत आपूर्ति सुनिश्चित गर्दै पर्याप्त रक्त : र

रक्त आपूर्ति सुनिश्चित गर्नु विश्वभरका स्वास्थ्य सेवा प्रणालीहरुको कार्यकालागि महत्वपूर्ण छ । पर्याप्त रगत भण्डार कायम राख्न विभिन्न चुनौतीहरु छन्, जसमा चिकित्मा प्रक्रियाहरु, दुर्घटनाहरु र रोगहरुका कारण र गत चढाउनको लागि निरन्तर आवश्यकता पर्दछ । थप रुपमा, त्यहाँ मौसमी उतार-चढाव र अप्रत्याशित घटनाहरु छन् जसले रक्त आपूर्तिलाई असर गर्न सक्छ, यी चुनौतीहरुलाई सम्बोधन गर्न ठाउँमा बलियो र दिगो प्रणाली हुनु आवश्यक बनाउँछ । यी चुनौतीहरुलाई सम्बोधन गर्ने, रक्तदान केन्द्रहरुले व्यक्तिहरुलाई नियमितरुपमा रक्तदान गर्न प्रोत्साहित गर्न अथक प्रयास गर्छन् । रक्तदानको महत्वबारे जनचेतना जगाउन र आमभ्रम हटाउन शैक्षिक अभियान र आउटरिच कार्यक्रमहरु सञ्चालन गरिन्छ । यसबाहेक, प्रविधि र र सदमा भएको प्रगतिले रगतलाई प्रभावकारी रुपमा सङ्कलन, परीक्षण र यसलाई सबैभन्दा बढी आवश्यक पर्ने ठाउँमा वितरण गर्ने कुरा सुनिश्चित गर्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छ । ब्लड बैंक, अस्पताल र सरकारी निकायहरु बीचको सहकार्य रगत भण्डारलाई प्रभावकारी रुपमा व्यवस्थित गर्न र बाँडफाँड गर्न पनि महत्वपूर्ण छ । अन्तमा, पर्याप्त रक्त आपूर्ति कायम राख्नको लागि सक्रिय समुदायको सहभागिता, प्राविधिक विकास र र णनीतिक साझेदारी समावेश गर्ने बहु आयामिक दृष्टिकोण चाहिन्छ । चुनौतीहरुलाई सम्बोधन गरेर र प्रभावकारी समाधानहरु लागू गरेर, हामी जीवन बचाउन स्वास्थ्य सेवा पहलहरुलाई समर्थन गर्न रगतको निरन्तर र भरपर्दो आपूर्ति सुनिश्चित गर्न सक्छौं ।

३.१. पर्याप्त रक्त भण्डार कायम राख्नमा चुनौतीहरु :

पर्याप्त रगत भण्डार कायम राख्नुले धेरै चुनौतीहरु प्रस्तुत गर्दछ जसले आवश्यक परेकाहरुलाई रगतको उपलब्धतालाई असर गर्छ । एउटा महत्वपूर्ण चुनौती भनेको विभिन्न चिकित्सा प्रक्रियाहरु र आपत्कालीन अवस्थाहरुमा रगतको निरन्तर माग हो, जसले प्राय:आपूर्तिभन्दा अगाडि बढ्छ । थप रुपमा, प्राकृतिक प्रकोप, दुर्घटनाहरु, COVID–19 र Dengue महामारी जस्ता कारकहरुले रगत भण्डारलाई तनाब दिन सक्छ, विरामीहरुको आवश्यकताहरु पूरा गर्न थप कठिनाइहरु सिर्जना गर्न सक्छ । पर्याप्त रक्त भण्डार कायम राख्न अर्को चुनौती रगत उत्पादनहरुको सीमित स्रोत जीवनसँग सम्बन्धित छ । रातो रक्तकोशिकाहरु, उदाहरणका लागि, तिनीहरुको म्याद समाप्तहुनु अघि मात्र सीमित समयको लागि भण्डारण गर्न सकिन्छ, जसले प्रभावकारी रुपमा रगत भण्डारहरु व्यवस्थापन गर्न जटिलता थप्छ । यसबाहेक, रक्तदाताहरु भर्ती र कायम राख्नु पनि चुनौती हुन सक्छ, किनकि यसले निरन्तर आपूर्ति सुनिश्चित गर्न निरन्तर शिक्षा र पहुँच प्रयामहरु आवश्यक पर्दछ । यी सबै चुनौतिहरुको लागि रक्तदान कार्यक्रम र पहलहरुको लागि निरन्तर सहयोगको महत्वलाई जोड दिँदै पर्याप्त रगत भण्डार कायम राख्ने मुद्दालाई सम्बोधन गर्न रगत बैंक, स्वास्थ्य सेवाप्रदायकहरु र जनताको समन्वयात्मक प्रयास आवश्यक छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय
शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।
पूर्णहरि साहु श्रेष्ठ
प्रोप्राइटर
सनराईज प्रिन्टिङ्ग प्वाईन्ट
मध्यपुर थिमि-५, दिगुटोल
फोन नं. :०१-५६३९३२८, ९८४१२४८४१६
यहाँ शुभ-विवाह, ब्रतवन्ध तथा शुभ कार्यको कार्ड प्रिन्ट गरिन्छ साथै स्टेशनरी सामानहरु पनि पाइन्छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

सरोज कुमार श्रेष्ठ
अध्यक्ष

बप्पा (विश्वेश्वर) महादेव संरक्षण तथा व्यवस्थापन सेवा समाज

मध्यपुर थिमि-४, बप्पा
फोन नं. : ९८६१७२३७८३

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण व्यवसायी एवं
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

कविदास धौबजि श्रेष्ठ
अध्यक्ष

भक्तपुर चेम्बर अफ कमर्श

भक्तपुर
फोन नं. : ९८५१०३५८७०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

रामसुन्दर लाखे श्रेष्ठ
प्रोप्राइटर

आ.पि. फर्निचर

मध्यपुर थिमि-३, खयगु, सुन्दर नगर
फोन नं. : ९८०८६९७४४२

"सम्पूर्ण सामान एकै ठाउँमा"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्रहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

TV POINT Electronics

Shankhadar Chowk, Thimi, Bhaktapur
Phone No.: 9861604760

सकारात्मक सोच जीवन जिउने कला

भुवनचरण श्रेष्ठ

सकारात्मक दृष्टिको लागि हामीमा दृष्टि, बृति, कृति आदि कुरालाई शुद्ध संकल्पबाट हेर्नु पर्दछ । मानिस ठूलो दिलले हुन्छ जातले हुन्दैन् । सफल मानिसले उसभित्र रहेको सुन्दर कलाले प्रस्तुत गर्ने कार्यमा भर पर्दछ । मानिस जन्मने बित्तिकै उस्ले कलासँगै ल्याएको हुन्छ । जन्मने बित्तिकै रुने, हात खुट्टा चलाउने हुन्छ, कला त्यहिंबाट सुरुवात हुन्छ । पछि आमा, बुवा, साथिसंगी, समाजबाट त्यसलाई सुधारात्मक पक्षबाट राम्रो गर्दै जान्छ र जानु पर्दछ । कला र गला नभएको मानिस हुनै सक्दैन् । त्यसैकारण सकारात्मक सोचको लागि हामीले दिलैबाट आत्म जागरण ल्याउनु पर्दछ । सकारात्मक चिन्तनको लागि तीन चिजलाई हृदयङ्गम गर्नु पर्दछ । प्रथम दिमागलाई चिसो बनाउने, मुखमा मिठास भर्ने र हृदङ्गम प्रेमको भाबले ओटपोट गर्ने । State of Mind दिमागलाई एक रस, शान्त, सित्तल बनाउने, अनि कार्य गर्दा प्रभावकारि र सफल हुन्छ । आपसि सम्बन्ध सुर्धानु पर्दछ । जिब्रोमा हड्डीत हुन्दैन तर यसले हजारौं हड्डि भाँचिन्छ । There is no bone on the Tongue But it can break thousand of bones । गोली, बोली, प्राण निस्केपछि फर्केर आउदैन् । त्यसैकारण संभालेर बोल्नु पर्दछ । हृदयमा प्यार, प्रेम हुनु पर्दछ । Love is the root of happness सुखि जीवन बिताउनको लागि प्रेम, प्यारको निमित्त आवश्यक पर्दछ । हामीमा प्रेम गर्ने कुरामा दुबिधाजनक नभएर शुद्धभावले हुनु पर्दछ । मानव खानाको भोका हुँदैन, तर प्रेम प्यारका भोका हुन्छन् । प्रेमपूर्वक भावनामा कुनै सत्रु हुन सक्दैन । Heart Attack एकैचोटि हुँदैन, धेरै पटक Thought Attack भएपछि मात्रै Heart Attack हुन्छ । त्यसकारण फूलको आँखामा फूलै संसार काँडाको आँखामा काँडै संसार, सकारात्मक सोचको लागि आत्म जागरण हुनु पर्दछ । आफूभित्र रहेको खुबि कमजोरी मूल्य मान्यता बिचाार ईच्छा आकांक्षाहरु हुन् । यि सबै आफूलाई बुझ्नु भनेको यसका लागि आफ्नो बारे स्वरुप, सत्यकुरा, आफ्नो कमिकमजोरी साथै आफूभित्रको गुण प्रफूलित गर्न सक्नु हो । आत्म जागरणबाट नै जीवन जिउने कला सिक्नु हो ।

भनिन्छ, Change your attitude; The world change it self । बिचार विमर्शका कुराहरु आफूभित्र बाट नै परिवर्तन हुनु पर्दछ । देखेको कुराभन्दा भित्री आँखाले देखेको बढी सत्य हुन्छ । त्यसैले सकारात्मक सोचको लागि तीन चिजको आवश्यकता पर्दछ ।

१. Positive Approach सकारात्मक दृष्टिकोण
२. Good relationship आपसि सम्बन्धमा सुधार
३. Stress free lift तनाबमुक्त जीवन

१. सकारात्मक दृष्टिकोण Positive Approcah :

दृष्टिकोण के हो भन्दा ब्यक्तिको व्यक्तिगत मान्यता नै दृष्टिकोण हो । दृष्टिकोण परिवर्तन गर्न सकेमात्र जीवन परिवर्तन गर्न सकिन्छ । Change is vision, Change in Life आखिर त्यहि गिलासको पानी हो । आधा भरिएको छ, तर भन्ने बेला शब्दमा फरक हुन्छ । आधा गिलास पानी छ । आधा खाली छ, आधा भरिएको छ, सकारात्मक सोच, आधा खालि छ । ठीक उल्टो भयो नकारात्मक । त्यसकारण दृष्टिमा भरपर्दछ । त्यहि चिज त्यहि मनुष्य त्यही पदार्थ हुन् । दुई पक्षबाट हेर्दा फरक फरक देखिन्छ । अर्को सहि

कुराको खोजी गर्दा गलत स्थानमा पुग्दछ, गलत चिज भेटिन्छ । कहिलेकाँही हामी सहि कुरा खोज्दै जाँदा अर्को स्थानमा पुग्दछौं । अर्थात् पाउदछौं । देबगणले समुन्द्र मन्थन गरेर अमृत निकाल्न खोजेको थियो तर त्यसभित्र बिष पनि निस्केछ । त्यसैलाई महादेबले ग्रहण गरेर जगतको कल्याण गर्ने कार्य गरेका थिए । ठिक त्यस्तै हामीले पनि राम्रै काममा हात राख्न पुगेका हौं, हात पर्दा पीडा अथवा कष्टको अनुभव हुन्छ । सवै दृष्टिकोणले गर्दा नै यस्तो भएको हो । सोचेको एउटा कार्यमा अर्कै हुंद । ती विद्यार्थीले हिसाव गर्दा २x२.४ पढेर जान्छ, तर लेख्ने बेला ५ अथवा ३ हुन जान्छ । कारण दृष्टिकोण हो । संसारमा आफूलाई नखोजौं तर आफूभित्र संसार खोजौं । आफैभित्र सबै कुरा भेटिन्छ । आफू भलोत जगत भलो भनेझैं एउटा चित्र कोरको थियो चित्रकारले जुन सुल्टोबाट हेर्दा हाँसेको थियो तर त्यहि चित्र उल्टोबाट हेर्दा न्याउरो अनुहार भएको देखिन्थ्यो । चित्र एउटै थियो तर हेराईमा फरक देखिन्थ्यों । जस्तै तलको

चित्रमा

हेराईमा- Your what your attuitude is... तिमी के हो ? तिम्रो मनोबृद्धि... You are outside as you see in inside... तिमी बाहिरबाट जस्तो छौं त्यस्तै भित्र देख्न सक्छौं...

जहिले पनि जहाँपनि हेराई राम्रो सहि तरिका भएको छ भन्ने सम्पूर्ण कुराहरु राम्रै देखिन्छ । सकारात्मक, अर्को राम्रो उदारण दिऊं । हामी कक्षामा गणित सिकाउदछौं । गणीतको मान्यता थियो घन चिन्हले घन चिन्हलाई गण गर्दा घन चिन्हनै हुन्छ । तर ऋण चिन्हले घन चिन्हलाई अथवा घन चिन्हले ऋण चिन्हलाई गणन गर्दा ऋण चिन्हनै हुन्छ, तर अन्तमा ऋण चिन्हले ऋण चिन्हलार्य गणन गर्दा घन चिन्ह हुन्छ । अथवा सकारात्मक हुन्छ । हामीले पनि नकारात्मक ऋण चिन्ह भयो भने चिन्ता लिनु हुँदैन तर त्यहि पछि गएर त्यसबाट पाएको नतिजा सकारात्मक पनि हुन सक्छ । उदारण,

सकारात्मक असल +	नकारात्मक खराम -	नतिजा नकारात्मक - नकारात्मक
छैन -	छ +	- नकारात्मक
असल छ +	खराम छैन +	+ सकारात्न्मक
असल छैन -	खराब छैन -	+ सकारात्मक

राम असल लड्का छ । सकारात्मक

राम असल लड्का छैन । नकरात्मक

राम खराब लड्का छ । नकारात्मक

राम खराब लड्का छैन् । सकारात्मक

यि उदाहरणले सोचाई अथवा दृष्टिकोण हो । Face is the index of heart चेहरानै मनको शब्द कोष हो । सकारात्मक दृष्टिकोण बनाउनको लागि निम्न तरिका अपनाऔं ।

१. घाटाभित्र नाफा खोजौं :

यो कसरि हुन्छ, एउटा उदाहरणको लागि एकजना

मानिसलाई अमेरिका जाने डि.भि. परेछ । सम्पूर्ण भिसा, हवाईटिकट, जाने समय आदि तय भयो । दुई दिन मात्र बाँकी थियो । कारणवस त्यसदिन माथिल्लो भऱ्याङ्गबाट तल झर्दा दुर्घटना भई खुट्टा भाँचेछ । र अमेरिका जान पाएन । उसलाई घाटा भएछ । तर दुई दिन पछि त्यो उडेको जहाज केहि छिन पछि दुर्घटना भई हवाईजहाज भित्रको सबैजना जलेर खरानी भएछ । उसलाई नाफा भयो । कारण उ पनि खुट्टा नभाँचिएको भए खरानी हुने थियो । यो सकारात्मक सोचको उदारहरण हो ।

२. सुरुमा नै फाईदा देख्न सक्छौं :

कुनैपनि कुरा असम्भब भन्ने हुँदैन । सम्भब नै हुन्छ । उदाहरण असम्भबमा अ निकालौ के हुन्छ । सम्भब हुन्छ । अ को पूरा अर्थ प्राय/अनिवार्य त्यसकारण असम्भवको अर्थ हुन जान्छ । प्राय: सम्भव अनिवार्य सम्भव । सकारात्मक सोचको कुरा हो मनुष्य कहिले पनि निरावादी हुनु हुँदैन, आशावादी नै हुने गर्नु पर्दछ । हुन्छ पनि ।

३. समस्यामुखी नबनौ समाधानमुखी बनौ :

मर्द भएपछि दर्द सहनु पर्दछ । सहेपछि त्यसको फल राम्रै आउँछ । समस्या कि घोडालाई कि छोरालाई भन्ने उखानै छ । समस्याबाट नै मानिसमा चेतना जागृत हुन्छ । यसैबाट श्रृजनात्मक एवं समालोचनात्मक रुपले कार्य गर्ने गराउने सोच उपन्न हुन्छ । क्षमताको पनि विकास हुन आवश्यक छ । क्षमता आफैबाट पनि विकास हुन्छ । अरुबाट प्रेरित भए, सिकेर ज्ञान हासिल गर्न सकिन्छ । त्यहि ज्ञान सिपले त्यो समस्या पहाड होईन, तिल भएर समाधान हुन जान्छ ।

४. उचित विचारलाई सम्मान दिऊँ :

मानिस एक स्वार्थी प्राणी हुन् । जो आफू आफ्नो समाजमात्र भलो भएको चाहन्छ । अरुको होइन । जसरि भएपनि आफू अगाडी बढ्ने अरुलाई हटाएर दवाएर तर होईन सम्मान दिऊं र सम्मान लिऊं भन्ने भावनात्मक विकास हुनु जरुरी छ । तपाईंले अरुलाई प्रोत्साहित गरेमा तपाईंको पनि भावनात्मक विकास हुनछ । त्यसकारण उचित समयमा शत्रुलाई पनि काँधमा राखेर सुम्सुम्याउनु पर्दछ । राम्रो विचारलाई सम्मान दिने वानी बसाल्नु पर्दछ ।

५. आफ्नो काममा आफै रमाऔं :

अरुले देखेको गरेको काममा कहिले पनि ईर्ष्या द्वेष नराखि आफूले गरेको कार्यमा आफै प्रफुलिट हुने वानी बसाल्नु पर्दछ । धन्यवाद छ जुन मैले राम्रो काम गरें भनेर छातीमा तीन पटक धाप दिनु पर्दछ । नतिजा आफै थाहा हुनेछ । काम गर्दा मनोरंजनात्मक ढंगले मन प्रफूलित भई अथवा निर्धक भई काम गर्नु पर्दछ । त्यसमा आफू रमाउने गर्नु पर्दछ ।

६. आफ्नो सहभभागितालाई स्वीकारौं :

को भन्दा को कम भन्ने भावनात्मक विचार छोडी हामी सवै एक हौ । मैले पनि सहयोगको भावनालाई अगाडि सारी सहभागी भई कार्य गर्नु पर्दछ । व्यक्तिवादीलाई छोडी संगठनात्मक रुपको बिचारलाई अंगाल्नु पर्दछ । आफ्नो पनि सहभागिता हुने कुरा हरेक कार्यमा हुनु पर्दछ भन्ने भावनात्मक विचारलाई अगाडी बढाउनु पर्दछ ।

सकारात्मक दृष्टिकोण हुनको लागि केही आधारहरु चाहिन्छ । व्यक्ति कहिलेपनि निरासावादी हुनु हुँदैन । जहिले पनि आसावादी हुनु पर्दछ व। एक बृद्ध व्यक्ति अन्तिम अवस्थामा पनि आसावादी हुन्छ । उ सँग सोध्यो मेरो यो इच्छा छ पूरा गर्न पाए हुन्थ्यो । भन्ने कुरा अन्तिम साससम्म पनि रहेको हुन्छ । त्यसको मतलब आसावादी हो । अर्को आफैले आफूलाई सम्मानित हुने कुराको आत्मजागरण हुनु पर्दछ । आत्म जागरणको विकास आफूभित्रको शिप उजागरण गर्ने एउटा जग हो । यसको लागि भावनात्मक परिवर्तनहरुको सम्मान गर्न आफू भित्रको भावनात्मक प्रतिकृयाहरुको जागरुक हुनु नितान्त आवश्यक छ । हाम्रो व्यवहारमा अरुबाट हुने परिवर्तन र आफैबाट हुने परिवर्तन कतिको प्रभाव पर्दछ । ति कुरालाई

बुझेर कुने कुराको अप्रिय घटनाहरुको कारण हुन नदिन कार्य गर्नु पर्दछ यसले जीवनमा कस्तो प्रभाव पार्दछ । भन्ने कुरामा जागरुकता देखाउने कार्य गर्नु पर्दछ । जसको कारणवाट तनावले जीवनमा पार्ने प्रभाव मानसिक शारीरिक रुपमा स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्दछ । कुन कुन कुरा हानिकारक प्रभाव हो भन्ने कुरा बारे ज्ञान हुनु पर्दछ । तनाब उत्पन्न हुने कार्य नगर्न र तनाब कहाँ कसरि आउँछ भन्ने कुरा पत्ता लगाउने कार्य गर्नु पर्दछ । तनाब माथि नियनत्रण गर्न सक्नु नै सकारात्मक सोचको विकास गर्नु हो ।

२. आपसी सम्बन्धमा सुधार, Good relationship :

क. हंसिलो मुहारमा बिनम्र बोली हुनु पर्दछ ।

ख. सद ब्यबहार सबैसँग गर्नु पर्छ ।

ग. नमस्कार, धन्यवाद, क्षमा गर्नुस् भन्ने शव्द प्रयोग गर्नुपर्छ ।

घ. अरुको आदर र सम्मान गर्दै विशेषताको वर्णन गर्नु पर्छ ।

ङ. मित्र व्यवहार गरी समयानुकूल समय बिताउनु पर्छ ।

च. आफ्नो कुरामात्र होईन, अरुको कुरा पनि सुनिदिनु पर्छ ।

यि माथिका ६ व्यवहारवाट एक आपसको सम्बन्धमा सुधार भईरहको खण्डमा सकारात्मक पक्षबाट जीवन जिउने कला सिक्दछ । भगवान्ले मानवको सृष्टि गर्दा दुई कान एक मुख राखेर पठाएका छन् । यसको मतलव दुई कुरा सुन्ने एक कुरा बोल्ने, सुन्ने बढी बोल्ने कम भएमा सकारात्मक पक्ष बलियो हुन्छ । कार्य क्षेत्रमाम पनि हामीले केही कुराको विकास गर्न सकेको खण्डमा अझ वढी सम्बन्धमा सुधार हुनेछ । जस्तै कुरा गर्दा आफ्नो मात्र कुरा राख्ने अरुले भनेको कतिको रुचि राखेको छ । त्यसमा ख्याल गर्नु पर्दछ । आफ्नो मात्र राख्ने अरुको सुनेको छैन भन्ने त्यसको अर्थ हुँदैन । त्यसकारण अरुको इच्छा रुची समयलाई पनि ध्यानमा राखि अगाडी बढ्ने कार्य गर्नु पर्दछ । आफू अगाडी वढ्न ईच्छा भए । अरु व्यक्तिहरु लाई पनि महत्वपूर्ण अनुभूति दिनु पर्दछ । ति अरुले गरेका अनुभूतिबाट नै आफ्नो र समाजको उत्थान हुने कुरामा दुई मत नहोला । अरुको अगाडी प्रस्तुत हुंदा आफ्नो व्यक्तित्व कतिको प्रभावकारी छ । एकपटक पहिला फर्केर हेर्ने वानीको विकास हुनु पर्दछ । प्रभावकारि व्यक्तित्व भएन भन्ने जतिसुकै ज्ञानमूलक सिपमूलक भएता पनि अगाडी बढ्न सकिन्दैन । व्यक्तिको व्यक्तित्ववाट नै उसको समाज प्रतिको अवधारणालाई अगाडि ल्याउनको लागि प्रभावकारी बन्न पुग्दछ । साथै आफ्नो कुरामात्र राख्ने गर्नु भन्दा अरुले गरिएको कुराको ध्यानमा राखी त्यसलाई कार्यान्वयन गर्ने तर्फ पनि बानीको विकास गर्नु पर्दछ । त्यसपछि मात्र आपसि सम्बन्धमा सुधार भई जीवन जिउने कला आधारहरु बन्न सक्दछ ।

३. तनावमुक्त जीवन Stress free life :

व्यक्तिको दैनिक घटनासँग भौतिक मानसिक र भावनात्मक प्रकृयालाई नै तनाव भनिन्छ । यसले भौतिक वा मानसिक शक्तिको ऱ्हास हुने कार्य पनि गर्दछ । तनाब एक प्रकारको दवाव पनि हो । मानवताको अस्वभाविक प्रकृया वा अवस्था पनि हो । तनाव भनेको भावनात्मक रुपमा शरिरको चिरफार गर्ने प्रकृया पनि हो । यसले शारीरिक मानसिक रुपमा नोक्सान पनि गर्दछ । जुन एक प्रकारको भाईरस भनेपनि हुन्छ । यो महामारीको रुपमा फैलिई सकेका छ । यस्ले समाजमा नकारात्मक असर पार्दछ । हाल यसले हाम्रै शरिरको सकारात्मक पक्षलाई मूल्याङ्कन गर्न मद्दत पनि गर्दछ । तनावको वृक्ष एक अकल्योपी छ । यसमा विभिन्न फल लाग्ने गर्दछ । जुन फल काँचो, पाकेको, पाकेर झरेको हुन्छ । त्यहि अनुसार व्यक्ति विशेषले आ-आफ्नो रोजाई, भोगाई ब्यक्ति अनुसार फरक फरक हुन्छ ।

तनाब समस्यामात्र होईन, समाधान पनि हो ।

Stress is not problem But it self as solution too.

समस्या Problem :

१. S=Sock in mind यस्ले दिमागमा धक्का उत्पन्न गर्दछ ।

२. T=Temper high यसले रिस धेरै उठने गर्दछ ।
३. R=Restless आराम विहिन हुन्छ ।
४. E=Emotion high उच्च भावना हुन्छ .
५ S=Senseless चेतना हराउने हुन्छ ।

समाधान Solution :

१. Self relationship आफैले मनन् गर्ने गर्नु पर्दछ ।
२. Thought posilive सकारात्मक विचार गर्नु पर्दछ ।
३. Relation आराम लिने गर्नुपर्दछ ।
४. Energy storage शक्ति संचय गर्नु पर्दछ ।
५. Self respect आफैले आफूलाई आदर गर्ने गर्नु पर्दछ
६. Start the progress उन्नतितर्फ उन्मुख हुनु पर्दछ ।

तनावमुक्त जीवन हुन केही कुरा मनन् गर्ने गर्नुपर्दछ । ति निम्नअनुसारका छन् ।

क. समस्यालाई एक आपसमा साता सात गर्नु पर्दछ ।
ख. थोरै सोच्ने, धेरै काम गर्ने, व्यस्त बन्ने गर्नु पर्दछ ।
ग. आफ्ना मनलाई पूरै शान्त अवस्थामा राख्नु पर्दछ ।
घ. आफ्ना कार्यमा आफै रमाउने प्रयास गर्नु पर्दछ ।
ङ. कार्य क्षेत्रमा आफू संम्वेदनशिल बन्नु पर्दछ ।
च. हरेक क्षेत्रमा आफू सन्तुष्टिको सास फेर्नु पर्दछ र सन्तुष्ट लिनुपर्दछ ।

जब हरेक कार्य गर्दा समय बित्दै जान्छ, तब जीवनको पल पनि बित्दै जान्छ । त्यसकारण जीवन नै समय हो । समयको व्यवस्था गर्न सक्नु पर्दछ । समयले कसैलार्य पनि पर्खे बस्न सक्दैन ।

त्यसैकारण तनाबाट बच्न हामी धेरै प्रयास गर्दछौं । तर पनि गर्न सक्दैनौ । तनाबाट बच्नको लागि के गर्ने के नगर्ने भन्ने बुँदाहरु निम्नानुसारका छन् ।

गर्न हुने :

१. अरुको प्रशंसा गरौं अनि निर्देशन गरौं ।
२. स्पष्ट वार्तालाप गरौं ।
३. अरुको कुरा सुनौं ।
४. फूर्सदको समयमा आफ्ना रुचिलाई समय दिऊं
५. साथीहरुलाई साथमा लिई सेवा गरौ
६. समयानुसार आफू बस्ने स्थानको रुपरेखा परिर्वतन गरौं ।

गर्न नहुने :

१. तुलना र आलोचना नगरौं ।
२. अहंकार नगरौ । हिन भावना त्यागों ।
३. घरमा अत्यावश्यक सामानको कमि हुन नदिऊं
४. अनावश्यक ईच्छा नगरौं ।
५. भूत र भविष्यको चिन्ता नगरौं । वर्तमानमा रमाऔं ।
६. यथास्थितिमा विश्वास नगरौं ।

त्यसैले भनिन्छ ठक्कर खाने ठाकुर बन्दछ ।

Busy life, easy life

t gfa Jbj :yfkg ug[t l/ sfx? M

१. आफ्नो शक्ति आफै बढाउने :
जुन कार्य गर्दाखेरी आफूभित्र नै खुसिको अनुभव हुन्छ । आफूलाई मन पर्दछ । त्यहि कार्य गर्नु पर्दछ । पानी खाने गरौ, अरु चित्र होइन । पूरा आराम गरौ । सुत्ने काम गरौं । आफूलाई मन नलाग्ने गरी कहिं कतै जाने नगरौं । र कामपनि नगरौं । आफ्ना मनमा लागेका कुराहरु अरुलाई सुनाउने गरौं ।

२. उत्तेजनालाई नियन्त्रणमा राख्ने गर्नुहोस् :
सहानुभूति लिने, सहयोग लिने, र दिने कार्य गर्ने गर्नुस् । यतार्थ योजनाहरु आफैले बनाउने व्यक्तिगत सम्बन्ध सामान्य र सुमधुर बनाउने । रुने, हाँस्ने गर्ने, दु:खको परिस्थितिको लागि पहिला नै तयार हुने । ति कुरा गरौं, सम्झौं, जस्ले आफैले आफैलाई हँसाउने कार्य गर्दछ । चित्रहरु कोरौं । गीतहरु गुनगुनाउने कार्य गरौं । संगीत तर्फ ध्यान दिऊँ आदि गरेमा उत्तेजनालाई नियन्त्रणमा राख्न सकिन्छ ।

३. आफ्ना सुरक्षा आफै गर्ने :
जिम्मेवारी संभाल्न सक्ने गरी मात्र कार्य लिऊं । जिम्मेवारी लिने तर्फ नलागौं । अरु साथीहरुलाई आफ्ना मनमा लागेका कुराहरु भन्ने गर्नु पर्दछ । इच्छा अनुसारको काम सिक्ने मनोरंजनात्मक कार्य गर्ने । आफू ईच्छुक, दक्ष जुनमा छ, त्यही गर्ने गरौं ।

४. मानसिक सन्तुलन :
आफू समाजमा मिलनसार हुने प्रयत्न गर्ने । समाजमा

आफ्ना भावनात्मक विकास भएको छ भन्ने आफै प्रसंसनीय हुने । एउटै उमेरका, एउटै विचारका, एउटै समाजका व्यक्ति, साथीहरुको सहयोग लिने र दिने गर्ने हुनु पर्दछ । कसैले कसैलार्य सहयोग गर्नु भन्दा पहिला, आफैले आफैलाई सहयोग गर्ने वानी बसाल्नु पर्दछ । हरेक कार्यमा विश्वासको पात्र बन्ने । आफू भन्दा ठूलाको विश्वास लिने र दिने कार्यमा कोशिस गर्नु पर्दछ । मध्यपान, धुम्रपान लागू पदार्थलाई न्यूनिकरण गर्दै जाने । अन्तमा सकिन्छ भने छोड्ने प्रयत्न गर्नु पर्दछ ।

यस्तै प्रकारले सकारात्मक सोचले मानविय सेवा कार्य गर्नको लागि हौसला हुनु पर्दछ । रेडक्रसको सात सिद्धान्तको पहिलो खुड्किलोलाई अँगारेर अथवा मानवता भन्ने शव्दलाई उजागरण गर्न सकिन्छ ।

भावनात्मक विकास भई व्यक्ति समाज र देश वनाउन अगाडी बढन अभिप्रेरित गर्न सकिन्छ । मानव जीवनमा स्वास्थ्यको सुरक्षा गर्नु सम्पूर्ण मानवका बिच पारसपारिक सहयोग, समझदारी, मित्रता, स्थिर शक्तिको अभिवृद्धि गर्नको लागि सकारात्मक सोचको आवश्यक पर्दछ । जुन मानव पीडालाई न्यूनिकरण गर्दै विपत्तिमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं भन्ने भावनात्मक विकास हुन्छ । मानव विकासको गतीमा लम्कन सदाको लागि सोचमा सकारात्मक हुँदै जानु पर्दछ । समाजमा रहेक प्रभावकारी व्यक्तिहरु हुन सक्दछ । तिनीहरुको बिचार लाई कडर गर्दै जान सक्नु पर्दछ । जस्ले गर्दा आफूपनि हरेक कार्य क्षेत्रमा सफल हुन मद्दत पुग्दछ र समाजमा व्यक्तित्वको विकासको साथै व्यक्तिको पनि विकास हुने कुरामा दुई मत नहोला । धन्यवाद ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय
शुभ-कामना
व्यक्त गर्दछौं ।

Roshan Bajracharya
9841285472
UNIK FLEX PRINT
Madhyapur Thimi-4, Shankhadhar Chowk, Bhaktapur
Phone No.: 01-5093448
फ्लेक्स सम्बन्धी सम्पूर्ण कार्य गरिन्छ । साथै विवाह, ब्रतवन्ध तथा विभिन्न शुभकार्यको फ्लेक्स एवं कार्डको लागि अर्डर लिइन्छ ।

"ग्राहकको सन्तुष्टी नै हाम्रो लक्ष्य हो ।"
विगत ३ दशर्कदेखि निरन्तर तपाईहरुको सेवामा समर्पित
नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा
सम्पूर्ण ग्राहकवर्गमा हार्दिक मंगलमय
शुभ-कामना
व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. अनिस श्रेष्ठ
मो: ९८४९२८०४४४
प्रगति टेलर्स

(जेन्टस् सर्टिङ सुटिङ सेन्टर)
सूर्यविनायक नपा.-४ (दक्षिणबाराही मार्ग) नयाँ वस्ती, भक्तपुर, फोन: ०१-६६३२०४६

बेथितिले सिर्जना गरेको भय, निराशा र पलायन

रत्न प्रजापति

पछिल्ला घटनाक्रमहरूलाई हेर्दा देशमा दण्डहीनता र अराजकता बढेको महसुस हुन्छ । दिनहुँ हत्या र बलात्कारका घटना भएका समाचार आइरहेछन् । एकातिर महिलाहिंसाका घटनामा भएको बृद्धिले महिलाहरू भयभीत छन् भने अर्कोतिर सामान्य कारणमा पनि मानवहत्याको क्रम बढेकाले देशका युवा पनि उत्तिकै भयभीत छन् । अपराधीको मनोबल उच्च बनाउने खालका न्यायिक फैसलाहरूले गर्दा नागरिकले भयभीत र असुरक्षित महसुस गर्नुपर्ने अवस्था छ । अझ राज्यको अकर्मण्यताका कारण भइरहेको आमयुवाका सपनाको हत्याले देशका धेरै युवा सुरक्षित जीवन र सुरक्षित भविष्यको खोजीमा विदेसिन लालायित छन् ।

दण्डहीनताले प्रश्रय पाउँदा समाजमा महिलाहिंसा र बलात्कारका घटना बढिरहेको छ । यौन के हो भन्ने थाहै नपाएका बालिकादेखि जीवनको उत्तरार्द्धमा पुगिसकेका वृद्धाहरूसमेत बलात्कृत भइरहेका घटनाले समाजमा सभ्य पुरुषले शिर निहुराएर हिँड्नुपर्ने अवस्था सिर्जना भएको छ । अर्कोतिर व्यक्तिगत रिसइबीदेखि आर्थिक लेनदेनसम्मका विषयलाई कारण बनाएर मानवहत्याका घटनाहरू पनि भइरहेका छन् । तथापि अपराधी पत्ता लगाउने र उसलाई न्यायालयको कठघरामा उभ्याउने काममा देखिएको सुस्तता र उदासीनताले आमनागरिक निराश छन् र भयभीत पनि छन् ।

पीडितहरू न्याय नपाउँदा आक्रोशित छन् भने अन्य सर्वसाधारण भयभीत छन् । अपराधीहरू भने निर्धक्कसँग यही समाजमा बसिरहेका छन्, हिँडिरहेका छन् । न त्यस्ता अपराधी पत्ता लगाउन प्रहरी प्रशासन सक्रिय छ, न त न्यायालयले अपराधीलाई उचित दण्डसजाय दिन सकेको छ । न्यायका लागि रोइकराइ गरेकी एउटी भारतीले बल्लबल्ल न्यायालयबाट न्याय पाउँदा अर्की पीडित आरतीका परिवार अझै पनि न्यायका लागि सडकमा सङ्घर्षरत् छन् । न्याय पाउने आशामा थप अन्याय र अपमान भोग्न विवश छन् । राज्यको संवेदनहीनताले नागरिक प्रताडित छन् ।

कञ्चनपुरकी १३ वर्षीया किशोरी निर्मला पन्तको बलात्कारपछि हत्या भएको ६ वर्ष बितिसक्दा पनि वास्तविक अपराधी अझै पत्ता लाग्नसकेको छैन । यस्ता बलात्कारका घटना अझै पनि समाजमा दिनहुँ घटिरहेका छन् । हिंसाका घटनामा भइरहेको वृद्धि र पीडितले न्याय पाउने काममा भइरहेको ढिलासुस्तीले नागरिक निराश छन् । महिला हिंसाविरुद्धको आवाज उठिरहेका छन् र महिला हिंसाविरुद्धको अभियान पनि चलेकै छ । संयुक्त राष्ट्रसंघको महासभाले १९९९ डिसेम्बर १७ तारिखमा हरेक वर्ष २५ नोभेम्बरलाई महिला हिंसाविरुद्धको दिवसको रूपमा मनाउने प्रस्ताव सर्वसम्मतिले पारित गरेपछि हरेक वर्ष यो दिवस मनाउने गरिएको छ । नेपालले २०५४ सालदेखि यो दिवसलाई १६ दिने अभियान (नोभेम्बर २५ देखि डिसेम्बर १० सम्म) कै रूपमा मनाउने गरेको छ । तर लैङ्गिक हिंसाविरुद्धको अभियान सुरु भइरहेकै बेलामा पनि हिंसा र बलात्कारका घटना सार्वजनिक भइरहेका छन् । त्यसैले महिलाहरूले आफूलाई सुरक्षित महसुस गर्न सकिरहेका छैनन् । यस्तो

अवस्थामा नागरिकको मनमा बारम्बार यस्तो प्रश्न उठ्ने गर्दछ, यो देशको शान्तिसुरक्षाको व्यवस्था किन यति कमजोर छ ? र अपराधीहरूको मनोबल किन उच्च छ ? समाजसँग अपराधी डराउनुपर्नेमा अपराधीसँग समाज डराउनुपर्ने अवस्था किन आयो ?

समाजमा छोरी बचाउनै गाह्रो भो भन्ने गुनासो बढिरहेको छ । यो गुनासोभित्र लुकेको पीडालाई राज्यले अनुभूति गरेको छैन । छोरी बचाउन छोरीलाई पढाऊ भन्ने अभियान पुरानै हो । तर वर्तमान परिस्थितिलाई दृष्टिगत गर्दा छोरीलाई भन्दा छोरालाई नै पढाउनुपर्ने बढी आवश्यकता देखिएको छ । पढाउने भनेको अक्षर चिनाउने र डिग्री दिलाउने अनि सीपयुक्त र व्यवसायिक बनाउनेमात्रै होइन । नैतिक शिक्षा दिएर नैतिकवान बनाउने र अनुशासित बनाउने पनि शिक्षाको लक्ष्य र उद्देश्य हुनुपर्छ । शिक्षाको लक्ष्य र उद्देश्यमा नैतिक शिक्षा अटाउन नसक्दा अहिले जतातत्तै नैतिकताको खडेरी परेको छ । मान्छे नैतिकताविहीन बन्दै गइरहेछन् । नैतिकताविहीन समाजमा असल आचरणको आशा गर्नै सकिदैन । नैतिकताभित्र सामाजिक मूल्य र मान्यता पनि पर्दछन् । समाजशास्त्रमा यही सामाजिक मूल्य र मान्यतालाई सामाजिक नियन्त्रणको माध्यमको रूपमा व्याख्या गरिएको पाइन्छ । तर अहिले सामाजिक नियन्त्रणका माध्यमहरू हराउँदै जानुको परिणति नै सामाजिक अपर ाधमा वृद्धि हुनु हो ।

समाजमा रहेर के गर्नुपर्छ र के गर्नुपर्दैन, अनि के गर्नु हुन्छ र के गर्नु हुँदैन भन्ने कुराको हेक्का राख्न सिकाउने नैतिक शिक्षाको कमीले समाज नै अनुशासनहीन बन्न पुगेको छ । यही अनुशासनहीनताले गर्दा उच्छृंखलताले प्रोत्साहन पाएको र त्यही उच्छृंखलताले समाजमा अनेक विकृतिलाई जन्माएको छ । अनि त्यही विकृतिभित्र सामाजिक अपराधले मौलाउने अवसर पाएको छ । अन्ततः त्यस्तो सामाजिक अपराधबाट यही समाज प्रताडित हुने गरेको छ । पीडित र पीडक दुवै यही समाजभित्र रहने भएकाले पीडकलाई दण्ड र पीडितलाई न्याय दिने काम पनि सामाजिक न्यायको सिद्धान्तले अवलम्बन गरको छ । तर न्यायसम्पादनमा देखिँदै गरेका बेथितिहरूले न्यायालयप्रति नागरिकको आशा, विश्वास र भरोसा टुट्दै गएको छ । राजनीतिक आस्थाको आधारमा पीडकलाई छुट दिन र दिलाउन विभिन्न राजनीतिक दलहरूबाट हुँदै आएका प्रयत्नहरूले त्यस्ता राजनीतिक दलहरूलाई अपराध र अपराधीको संरक्षकको भूमिकामा र हेको महसुस गर्दैछन् जनताले । हरेक राजनीतिक दलमा सामाजिक अपराधको कलङ्क लागेका व्यक्तिहरूको आवद्धता र संलग्नताले नागरिकहरू आफूलाई कहींकतैबाट पनि सुर क्षित नभएको महसुस गर्न बाध्य छन् । बेलाबेलामा र ाष्ट्रप्रमुखबाट हुने "आममाफी" का कारण समाज भयभीत हुनुपर्ने अवस्था छ ।

हिंसा र अपराधका घटनामा भएको वृद्धि र बढ्दो दण्डहीनताबाट विशेषगरी देशका रङ्गीन सपना देख्ने युवापुस्ता निकै निराश बनेका छन् । वर्तमान पुस्ताका युवाले धेरैथरी बेथितिहरूको सामना गरिरहेका छन् । सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक क्षेत्रमा विद्यमान बेथितिहरूले सबैभन्दा बढी समाजका तिनै युवा प्रभावित छन् । हरेक बिहानी नयाँनयाँ सपना बोकेर व्युँझने र उज्ज्वल भविष्यको आशा र अवसरको खोजीमा हिँड्ने युवालाई राज्यले आशा होइन निराशामात्रै दिइरहेको छ ।

दिनहुँ बढिरहेको हत्याहिंसा, भ्रष्टाचार र दण्डहीनता, युवाका लागि आवश्यक व्यक्तित्व विकास र रोजगारीको अवसर सिर्जनामा बेवास्ता, प्राप्त अवसरको वितरणमा अनियमितता र असमानता, युवा अधिकार र युवाशक्ति परि चालनमा आवश्यक नीति र कार्ययोजनाको अभाव, हरेक क्षेत्रमा बढ्दै गएको राजनीतिक प्रभाव र दबाब, राजनीतिमा बढ्दै गरेको अराजकता र सत्तासीन राजनीतिक दलमा देखिएको अधिनायकत्व र राजनीतिकै कारण बढ्दै गरेको अनगिन्ती बेथितिबाट आजित युवा विदेशपलायन हुन लालायित छन् । युवाको विदेशपलायनले देश युवाविहीन बन्ने खतरा बढेको छ । यससँगसँगै देश वृद्धाश्रम बन्ने सम्भावना पनि बढ्दै गएको छ ।

बढ्दो युवापलायनले गर्दा अर्थ-सामाजिक क्षेत्रका विज्ञहरूले धेरै अघिदेखि देशका नीतिनिर्माता र सरकारका

जिम्मेवार निकायहरूलाई देश वृद्धाश्रम बन्नसक्नेतर्फ सजग र सचेत गराउँदै आएका छन् । तर जिम्मेवार निकायले जिम्मेवारीबोध नगर्दा बेथितिहरू घट्नुको सट्टा बढिरहेका छन् र त्यसको असरबाट देशका सबै क्षेत्र प्रभावित बन्दै आएका छन् । आमनागरिकमा बढिरहेको निराशा देशमा बढिरहेको बेथितिहरूकै परिणाम हो । देश छोड्न लालायित युवाजमातले यो देश बस्नलायकको छैन भन्ने सङ्केत गरि रहेको छ ।

राजनीतिक आस्थाकै आधारमा अपराधीलाई लुकाउने र जोगाउने राजनीतिक दलहरूको प्रवृत्तिले गर्दा अपराध मनोवृत्तिले बढावा पाएको, राजनीतिक शक्तिको प्रभाव र दबाबबाट न्यायसम्पादनसमेत प्रभावित भएको, न्यायसम्पादनमाथि भएको हस्तक्षेपले गर्दा दण्डहीनता बढेको, पीडितले न्याय नपाउँदा पीडासँगसँगै निराशा बढेको, आर्थिक क्रियाकलापले प्रोत्साहन पाउन नसकेको, रोजगारीको अवसर वृद्धि हुन नसकेको, पुर्ख्यौली पेशा र व्यवसायले मात्रै जीवननिर्वाह सहज नभएको आदि कारणले विकल्पको खोजीमा युवापुस्ताले दिनप्रतिदिन विदेसिनका लागि खुट्टा उचाल्ने क्रम बढेको छ । अहिले हरेक युवा विदेशको सपना देखेर सुत्छन् भने विदेशको सपना देखेरै उठ्छन् । यो अहिलेको तीतो यथार्थ हो । केबल रोजगारीका लागि भन्दा पनि सधैँका लागि देश छोड्ने युवाको संख्या दिनप्रतिदिन बढिरहेको छ । यसरी सधैँका लागि देश छोड्ने युवाको संख्या बढ्नु झनै चिन्ताको विषय हो ।

उच्च शिक्षा र कामको खोजीमा दैनिक हजारौँ नेपाली युवा बाहिरिने क्रम नरोकिने हो भने देश युवाविहीन बन्न अब धेरै समय लाग्ने देखिँदैन । देशका ऊर्जावान युवा विदेसिँदा युवा जनसंख्याबाट प्राप्त हुने जनसांख्यिक लाभांशबाट समेत देश बञ्चित भइरहेको छ । बरु यस्तो लाभ दुबई, कतार, मलेसिया, युएई र कोरिया आदि देशले प्राप्त गरिर हेका छन् । किनभने नेपालका अधिकांश युवा तिनै देशमा कार्यरत् छन् ।

देशमा ठूलो राजनीतिक परिवर्तन भएपछि नेताहरूले नै ठूल्ठूला सपना बाँडेका थिए । अनि रङगीन सपना देख्ने युवाहरू निकै उत्साहित भएका थिए । तर त्यस्तो परि वर्तनपछि पनि देशमा उत्साहनजनक आर्थिक तथा सामाजिक वातावरण सिर्जना नहुँदा निराश युवाले विदेशपलायनलाई नै उत्तम विकल्पको रूपमा रोजेका छन् । ठूलो राजनीतिक परिवर्तनको महसुस युवालगायत आमनागरिकले आफ्नो जीवनमा अझै पनि गर्न पाएका छैनन् । बरु देशमा बढ्दै गएको भ्रष्टाचार, आर्थिक-सामाजिक अपराध, दण्डहीनता र राजनीतिक बेथितिले गर्दा त्यो राजनीतिक परिवर्तनप्रति नै नागरिकलाई पछुतो लाग्न थालेको विश्लेषणसमेत हुन थालेका छन् । पुरानै व्यवस्था र पुरानै व्यक्ति (शासक) प्रति बढ्दै गरेको जनताको आशक्ति र सोहीअनुरूपको राजनीतिक गतिविधिले यही सङ्केत गरिरहेको छ ।

देशको आवधिक योजनामा युवालक्षित कार्यक्रमलाई प्राथमिता दिनुपर्ने आवश्यकतालाई विज्ञहरूले जोड दिँदै आएका छन् । यसै मुताविक चालु सोर्‍हौँ योजनामा राष्ट्रभाव भएको सदाचारी युवा निर्माण गर्ने, युवालाई अवसर प्रदान गर्दै परि चालन गर्ने र शारीरिकरूपले तन्दुरुस्त युवा निर्माण गर्ने रूपान्तरणकारी रणनीति अवलम्बन गरिएको छ । युवासँग सम्बन्धित् नीति तथा कार्यक्रममा आधारित रहेर युवाको क्षमता विकास, सशक्तिकरण, मूल प्रवाहीकरण, सहभागिता, परामर्श र परिचालनलाई समावेश गर्न'पर्ने आवश्यकता पनि छ । युवाका लागि अधिकार, विकास र परिचालनसम्बन्धी नीतिह कानुनी, संरचनागत र संवैधानिक सुनिश्चितताह उद्यमशीलता र रोजगारीको पर्याप्त सम्भावना भएको प्राविधिक तथा व्यावसायिक शिक्षा र तालिमलगायतका अवसर आवश्यक भएकाले त्यस्तो अवसर सिर्जनाको कार्यक्रमलाई योजनाबद्धरूपमा सञ्चालन गर्दै जानसके भय र निराशाले पिरोलिएरु विदेशपलायन हुने युवाको संख्यामा कमी आउने अपेक्षा गर्न सकिन्छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्व
२०८१ को उपलक्ष्यमा समस्त नेपाली
दाजुभाई दिदीबहिनीहरुमा सुख, शान्ति,
सु-स्वास्थ्य, दीर्घायु एवं उत्तरोत्तर
प्रगतिको **शुभ-कामना**
व्यक्त गर्दछौं ।

एस. एस. मेडिकल स्टोर

गठ्ठाघर चोक, भक्तपुर
फोन नं. : ०१-६६३१११८, ०१-६६३७०५१
मो.नं.: ९८४१५५५०५२

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

कृष्णबहादुर प्रजापति
अध्यक्ष एवम्

थिमि स्वाबलम्बन
बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ६, चपाचो
फोनः ०१-६६३९६५३

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Kings Medicine Suppliers Pvt. Ltd.

Madhyapur Thimi-4, Bhaktapur
Phone: 9849623563

औषधी तथा औषधीजन्य बस्तुको थोक बिक्रेता

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्व
२०८१ को उपलक्ष्यमा समस्त ग्राहकवर्गमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना
व्यक्त गर्दछौं ।

जगदिशमान श्रेष्ठ
अध्यक्ष

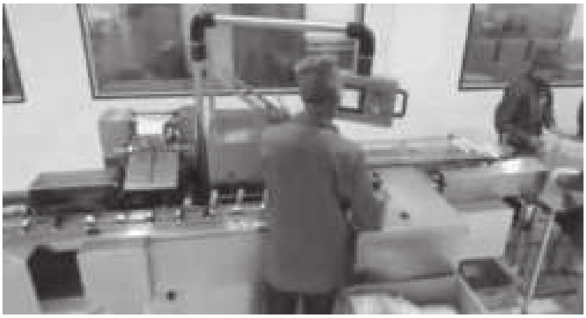
शंखधर नयाँबाटो थिमि यातायात प्रा.लि.

मध्यपुर थिमि न.पा.-४, शंखधरचोक
फोन नं. : ०१-५०९३१९५

होमियोप्याथिक औषधि नै किन त ?

डा. रामहरि श्रेष्ठ
होमियोप्याथिक चिकित्सक

अल्बर्ट आइन्स्टाईनले धेरै पहिले नै भनेका थिए कि अबको औषधिको भविष्य भनको फ्रिक्वेन्सी मेडिसिन हो । यसै भनाईलाई पुष्टि गर्ने औषधि हो होमियोप्याथिक औषधि । औषधि जन्य पदार्थलाई धेरै पटक डाइलुसन र सकसन गरि बनाएको औषधि नै होमियोप्याथिक औषधि हो, अर्थात औषधिको कच्चा पदार्थलाई पानीमा घुलेर सयौं देखि हजारैं पटक डाइलुट गरी चलाएर बनाएको औषधि हो । धेरैको गलत बुझाई यो औषधि घरमा बन्ने औषधि हो कि भन्ने छ । तर यो कम्पनी वा औषधिको उद्योगमा बाहेक घरमा बन्न सम्भव नै छैन । यो ओषधिको मुख्य स्रोत भनेकौ बनस्पती, जनावरको स्रोत, केमिकल र खनिज पदार्थ नै हो ।



उद्योगमा होमियोप्याथिक औषधी बनाउँदै

“सिमिलिया सिमिलिवस कुसेन्टर” अर्थात उस्तै लक्षण निकाल्न सक्ने औषधिले उस्तै लक्षण भएको रोगलाई निको पार्दछ भन्ने सिद्धन्तमा आधारित यो औषधि र उपचार निकै प्रभावकारी र साइड इफेक्ट रहित छ । एउटै अनि निकै थोरै औषधिले पनि रोगलाई पूर्ण रुपमा निको बनाउन सक्छ र खान पनि निकै सजिलो छ । टाउको दुखाइ , मनाइग्रेन, रुघा खोकी, टनसिल, एलर्जी, दम, ग्याष्ट्रिक, पेटको रोग, प्रोस्टेट, पत्थरी, छालाको समस्या महिनावारीसँग सम्बन्धित समस्या, महिला, पुरुषसँग सम्बन्धित समस्या, ट्यूमर, जोर्नी दुखाई, बाथ, जस्ता हरेक रोगको लागि यो औषधि निकै प्रभावकारी छ । तर यो औषधि सधै चिकित्सकको सल्लाहमा मात्र खान जरुरी छ ।

होमियोप्याथिक ग्लोबुल्स (दानाहरु) र औषधी

सेतो चिनीका दाना वा युरिया मल जस्ता देखिने दाना औषधि नै हामियोप्याथिक औषधिको ट्रेडमार्क बनेको छ वा सबैले चिन्ने भएको छ । तर त्यी दाना वास्तवमा औषधि होइन, त्यो उखुको जुसबाट बनेका चिनिका दाना नै हुन् । यसमा औषधि मिसाए पछि मात्र औषधिको काम गर्दछ । त्यी दाना, औषधि बोक्ने एउटा माध्यम मात्र हो । त्यी दानाहरुले फोल औषधि सोसी राख्ने काम गदर्छ , जस्को कारण खान सजिलो र जिब्रोमा फिजिन सजिलो हुनुका साथै प्रभावकारी पनि हुन्छ । होमियोप्याथिक औषधि जिब्रोमा फिजे पछि नै काम गर्दछ ।

होमियोप्याथिक चिकित्सालय

यो चिकित्साको अध्ययन गर्न १०+२ मा विज्ञान विषयमा बाइलोजी लिइ अध्ययन गरे पश्चात स्नातक ५ ½ वर्षको ९साँढे पाँचको कोर्ष जस्मा १ वर्ष प्रयोगात्मक अर्थात इन्टर्नसिप सहितको हुन्छ । BHMS कोष (BACHELOR IN HOMEOPATHIC MEDICINE AND SURGERY) अध्ययन गनुपर्छ र BHMS कोष MBBS समान कोर्ष नै हो जस्मा होमियोप्याथिक औषधि र उपचार को विषय थप गरिएको हुन्छ । स्नातक पश्चात ३ वर्षको स्नातकोत्तर (MD) हुन्छ । हाल भारतमा आयुष (AYUSH) मन्त्रालयको डाटा अनुसार २८० वटा होमियोप्याथिक मेडिकल कलेज छन भने एउटा होमियोप्याथिक विश्वविद्यालय नै छ । नेपालमा भने सन् २००२ सालमा एक मात्र होमियोप्याथिक मेडिकल नेपाल होमियोप्याथिक मेडिकल कलेज (NHMC) बिराटनगरमा सुरु भएको थियो तर आठवटा ब्यार्थ पश्चात विभिन्न कारणवश यो अध्ययन संस्थान बन्द भयो । त्यस्तै २००८ मा भक्तपुरमा □□□/□□□ पछि ३ वर्ष अध्ययन हुने Diploma अर्थात HA कोर्ष सुरु भएको थियो ।

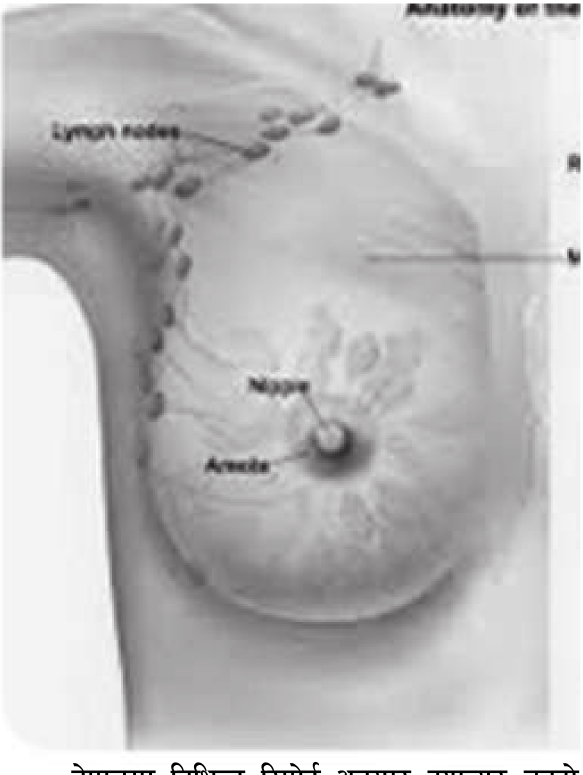
थोरै औषधि खाए पनि पुग्ने र साइड इफेक्ट रहित भएकोले हालको समयमा निकै आवश्यक र अन्य औषधिको

राम्रो बिकल्पको रुपमा यो औषधि स्थापित भएको छ । कतिपय शल्यक्रिया अर्थात अपरेशन गर्न' पर्ने रोगहरु जस्तै पत्थरी, पाइल्स, ट्यूमर, नाकमा मासु पलाएको आदि जस्ता समस्याहरु बिना अपरेशन पनि निको हुन्छ । तर यो भन्दै गर्दा सबै रोगहरु औषधिले मात्रैले ठिक गर्छ भन्ने होइन । कतिपय रोगको अवस्था र आवश्यक्ता मुल्यांकन गरी अपरेसन पनि गर्नु पर्ने हुन्छ । तसर्थ यो औषधि र उपचार को लागि सधै चिकित्सकको सल्लाह, आवश्यक जाँच, परीक्षण पश्चात मात्र खानु उचित हुन्छ । नत्र फाइदा भन्दा बढी हानी हुन सक्छ । धेरै जस्तो बिरामी अन्यत्र थुप्रै औषधि खाई सके पछि अन्तिम बिकल्पको रुपमा होमियोप्याथिक औषधि उपचार गर्न आउँछन्, तर कुनै पनि रोगको सुरुवातमा नै यो औषधि सुरु गर्नु भयो भने निकै राम्रो परिणाम आउँछ । तसर्थ होमियोप्याथिक औषधिको प्रयोग सधै विशेषज्ञ चिकित्सकबाट परिक्षण र परामर्श पश्चात मात्र प्रयोग गर्नु होला र रोगको सुरुवाती अवस्थामै गर्नु होला ।

स्मरण छ, बि.सं २०१० साल देखि सरकारी स्तर बाटै सेवा प्रदान गरिदै आएको हो । नेपालको पहिलेका संबिधान र हालको बि.सं २०७२ सालको सविधानमा पनि उल्लेख यो औषधि र उपचार, नेपालको स्वस्थ्य सेवा ऐन २०५३ को दफा ६ मा पनि नेपालका उपचार पद्धतिमा एलोप्याथिक, आयुर्वेदिक, र होमियोप्याथिक रहने उल्लेख गरिएको छ भने स्वस्थ्य सेवा नियमावली २०५५, राष्ट्रिय स्वस्थ्य नीति २०७६, शहरी स्वस्थ्य नीति २०७२ लगायत हरेकमा उल्लेख गरिएको छ ।

स्तन क्यान्सर

लक्ष्मी श्रेष्ठ
नर्सिङ्ग प्रमुख, भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल



नेपालमा विभिन्न रिपोर्ट अनुसार क्यान्सर बढ्दो क्रम जारी छ । जसमा बाइस हजार भन्दा बढी मात्रामा क्यान्सरको रोगी रहेकोमा चौध हजार भन्दा बढीको मृत्यु भएको गत वर्षमा अनुमान गरिएको छ । त्यसमा पनि स्तन क्यान्सरको विरामी बढ्दो क्रममा रहेको छ । पहिला दोस्रो नम्बर रहेको हालका वर्षमा पहिलो नम्बर हुन आएको छ ।

स्तन क्यान्सर भनेको के हो ?

स्तनमा भएका कोषहरुको अनियन्त्रित र असामान्य रुपमा वृद्धि स्तनमा भएका कोषहरुको भनिन्छ । यो स्तनको क्यान्सर स्तनको हुनुलाई स्तन क्यान्सर भनिन्छ । यो स्तनको क्यान्सर स्तनको विभिन्न भागमा शुरु हुन सक्छ । प्राय: जसो स्तनको भित्री भाग लोव्युल्स अथवा दुध उत्पादन हुने गर्ने ग्रन्थीमा डक्ट अथवा दुध वाहिरी नलीबाट शुरु हुने गर्दछ । स्तन क्यान्सर शरिरका विभिन्न भागहरुमा रक्त नलीहरु र लिन्फ नलीहरुको माध्यमबाट फैलिन सक्छ । स्तन क्यान्सर संसारका १८५ वटा राष्ट्रहरु रहेकोमा १५७ वटा बढी मात्रामा पाइएको छ । यो महिलासँगै अनुमानित ०.५-२% ले पुरुषमा पनि हुन सक्छ ।

यो विश्व स्वास्थ्य संगठनका अनुसार यो (Human development Intese (HDI) बढी भएको देशमा १:१२ महिलामा हुन सक्ने र १:७१ महिलाको मृत्यु हुने साथै कम Human development Index (HDI) भएको देशहरुमा १:२७ मा पत्ता लागेको र १:४८ को मृत्यु भएको उल्लेख गरिएको छ ।

सम्भावित कारणहरु :

१. वंशाणुगत
२. महिला दिदी बहिनीहरु र ०.५-१% पुरुष
३. धुम्रपान मध्यपान गर्ने
४. अस्थायी साधन (हर्मोन) को बढी प्रयोग गर्ने
५. बच्चा नजन्माउने महिला
६. स्तनपान नगराउने महिला

७.	तौल बढी भएका
८.	स्तनको आकार
९.	पहिला नै स्तन क्यान्सर छ भने अर्कोमा हुने सम्भावना
१०.	काखीमा अनावश्यक औषधिको बढी प्रयोग

चिन्ह तथा लक्षणहरु :

१.	स्तन वा काखीमूनि नदुख्ने गिर्खा आउनु
२.	स्तनकोक आकारमा परिवर्तन आउनु
३.	स्तनको मुन्टा भित्रतर्फ जान थाल्नु
४.	स्तनको मुन्टाबाट पीप, रगत वा पानी जस्तो तरल पदार्थ बग्नु :
५.	स्तन दुख्नु वा सुन्निनु
६.	स्तनको छालामा निको नहुने घाउ आइरहनु
७.	स्तन छाला सुन्तलाको बोक्रा जस्तो हुनु

पुरुषमा स्तन क्यान्सर हुंदा देखिने लक्षणहरु :

१.	स्तनमा गाँठो वा गिर्खा हुने तर नदुख्ने
२.	स्तन मोटो र बाक्लो हुनु
३.	स्तनको मुन्टोमा परिवर्तन हुनु
४.	स्तनको छालाको रङ्ग परिवर्तन हुनु
५.	मुन्टोबाट सेतो तरल पदार्थ वा रगतयुक्त तरल पदार्थ निस्की रहने ।

स्तन क्यान्सरको जाँच/परिक्षण गर्ने विधिहरु :

१.	आफ्नो स्तन आफैले जाँच गर्ने (Breast self exam)
२.	डाक्टर, नर्स अथवा स्वास्थ्य कर्मचारीद्वारा जाँच गराउने (Clinical breast exam)

३.	स्तनको भिडियो एक्सरे गर्ने (Ultrasound)

४.	म्यामोग्राफि (Manonography) गर्ने

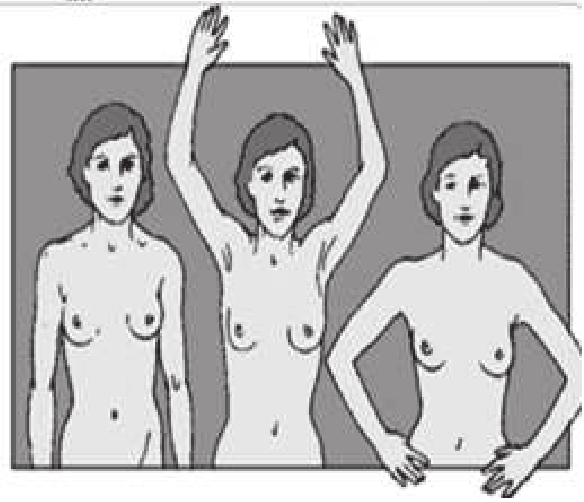
स्तन क्यान्सर भएपछि उपचार गर्ने विधि/तरिका

१.	अपरेशन गर्ने
२.	कमोथेरापी (उपचारमा सुइको प्रयोग गर्ने)
३.	सेकाइ गर्ने (रेडियशन थेरापी)
४.	हर्मोन थेरापी र
५.	अन्य ।

स्वयं स्तन जाँच गर्ने तरिका : (Self Breast examination)

१.	जाँच गर्न अगाडी ऐना अगाडी उभिएर आफ्नो दुबै हातलाई तलमाथि तथा कम्मरमा राखेर आफ्नो

स्तन र काखीमा हेर्ने । यसरी हेर्दा स्तनको आकार, गाठागुठी र छालाको रंग हेर्ने ।



२. यो उभिएर वा सुतेर जाँच गर्ने वा परिक्षण गर्ने । परिक्षण गर्नको आफनो हातको वीचमा तीन औंलाको टुप्पोको भाग भन्दा तल्लो सतह भागको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

३. दायाँ हातले वायाँ स्तनमा हल्का तरिकाले दवाव दिएर र त्यसपछि हातलाई स्थिर बनाएर भित्रसम्म दवाव दिएर केही गिर्खा तथा दुखाई छकि भनेर जाँच गर्नु पर्दछ ।

४. जाँच गर्दा गोलाकार घडीको सुई अनुसार वा तलमाथि वा वाहिरीबाट भित्रतिर जाँच गर्ने

६. स्तनको मुन्टालार्य हल्का निचोरेर त्यसबाट रगत अथवा फोहोर पदार्थ आउँछ आउदैन हेर्ने ।

स्तन जाँच गर्ने दिन ः

महिनावारी भइरहेको महिलाहरुले महिनावारी भएको चौथो दिनदेखि सातौ दिनसम्म ।

महिनावारी सकिसकेका महिलाहरुले हरेक महिला निश्चित कुनै एक दिन -महिनाको पहिलो शनिवार वा सम्झने दिनमा जाँच गर्न सकिन्छ अथवा भित्ते पात्रोमा कुनै चिन्ह लगाएर पनि दिन सम्झिन सकिन्छ ।

परिक्षण गर्दा समसया देखेमा ः

आफ्नो स्तन आफैले जाँच गर्दा कुनै समस्या देखिएमा तुरुन्तै चिकित्सकसँग परामर्श गरी बेलैमा उपचार गरेमा पूर्ण रुपमा निको पार्न सकिन्छ । प्रारम्भिक परीक्षणले क्यान्सर लाई जटिल अवस्था सम्म पुग्नबाट रोक्न सकिन्छ ।

बचावटका उपायहरु ः

१. स्तनको नियमित जाँच वा परीक्षण गर्ने
२. बच्चालाई पर्याप्त स्तनपान गराउने ।
३. नियमित व्यायाम गर्ने ।
४. तौललाई सन्तुलन राख्ने ।
५. पोषणयुक्त खानेकुरा खाने ।
६. धुम्रपान तथा मद्यपान नगर्ने
७. पाठेघर/यौन सम्बन्धि कुनै समस्या देखा परेमा समयमै उपचार गर्ने र गराउने ।
८. समयमै स्तनको परीक्षण गरौं स्तन क्यान्सर हुनबाट बचौं ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण पर्यटकहरु एवं नेपालीहरुमा हार्दिक मंगलमय शुभ-कामना

Ramesh Prajapati
Managing Director

ABC Himalayan Trekking & Tours Pvt. Ltd.
Mountain Gear Wear Building
2nd Floor, Jyatha Road, Thamel, Ktm, Nepal
P.O.Box: 8158, Phone:977-1-4248196
Mobile:977-9841262059
Email:info@abchimalayan.com

“सुख-दु:खमा, सप्तकौशिका साथमा”

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

गोविन्द कृष्ण श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

सप्तकौशिका बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३५५५

“सुख-दु:खमा, सप्तकौशिका साथमा”

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

राजेश श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

सिद्धार्थ बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३४२६, ५०९३२१९

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं
छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम्
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. नजरमान श्रेष्ठ

श्री बालकुमारी तितौरा
तथा
मसला उद्योग

बालकुमारी, मरुटोल, मध्यपुर थिमि
फोन: ९८४११८३३३१

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं
छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम्
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. तुईलाल कायस्थ

मनासुल फर्निचर उद्योग

तछुटोल, मध्यपुर थिमि-४
फोन: ०१-५०९२३९३, ९८४१६६५६०४

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी (नेरेसो)

उमा थापा
कार्यालय प्रमुख, नेरेसो भक्तपुर शाखा

बि.सं. २०२० साल भाद्र १९ गते तद्नुसार ४ सेप्टेम्बर १९६३ का दिन "नेपाल रेडक्रस सोसाइटी (नेरेसो)" को स्थापना भएको हो । नेरेसो गैरनाफामूलक स्वयंसेवी संस्था हो र यसले मानवीय कार्य क्षेत्रमा सरकारको सहयोगीको भूमिका खेल्दछ । बि.सं. २०२० साल माघ २४ गते तत्कालीन नेपाल सरकारद्वारा जेनेभा महासन्धिहरूमा सम्मिलित भएपछि प्रचलित कानुनअनुसार राष्ट्रभरी कार्य गर्ने गरी नेरेसोलाई नेपाल सरकारबाट मान्यता प्राप्त भएको थियो । सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र नेपालको एक मात्र राष्ट्रिय रेडक्रस सोसाइटीको रूपमा रहेको नेरेसो अन्तर्राष्ट्रिय रेडक्रस अभियानको अभिन्न अंङ्ग हो । यसलाई वि.सं. २०२१ साल असोजमा आई.सी.आर.सी. तथा फेडेरेशनले क्रमश: मान्यता र सदस्यता प्रदान गरेका थिए । अन्तर्राष्ट्रिय रेडक्रस अभियानका सात आधारभूत सिद्धान्त छन् । रेडक्रसका गतिविधि तथा काम गर्ने तौर-तरिकाहरू यिनै सिद्धान्तहरूबाट निर्देशित हुन्छन् । सन् १९६५ अक्टोवरमा भियनामा सम्पन्न रेडक्रसको बीसौ अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनद्वारा निम्नलिखित सात वटा सिद्धान्तहरू पारित भएका छन् :

१. मानवता (मानव जीवन, स्वास्थ्य र सम्मानको सुरक्षा, मानवीय पीडाको रोकथाम, कमी र शान्ति अभिबृद्धि)
२. निष्पक्षता (भेदभावविहीनता र प्राथमिकताका आधारमा सहयोग)
३. तटस्थता (सबैको विश्वास प्राप्त गर्न, कसैको पक्ष नलिने र विवादमा संलग्न नहुने)
४. स्वाधीनता (स्वायत्त रूपले आफ्नो काम गर्ने, मानवीय कार्यमा सरकारको सहयोगी)
५. स्वयंसेवा (आर्थिक र अन्य तत्काल लाभबाट प्रेरित नभई गरिने स्वेच्छिक मानवीय सेवा)
६. एकता (सबैका लागि खुल्ला रहने र देशका सबै क्षेत्रमा कार्यरत एउटा मात्र रेडक्रस)
७. विश्वव्यापकता (विश्वव्यापी अभियान जसमा सबै राष्ट्रिय सोसाइटीले समान हैसियतमा परस्पर सहकार्य गर्दछन्)

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी भक्तपुर जिल्ला शाखाको स्थापना वि.स.२०२५ साल फाल्गुण ७ गते भएको थियो । नेरेसो भक्तपुर जिल्ला शाखामा २४ वटा उपशाखाहरु रहेका छन् भने जिल्ला कार्यसमितिमा १८ जना सदस्य रहेका छन् ।यस जिल्ला शाखा अर्न्तगत ८५ सक्रिय जुनियर रेडक्रस सर्कल र ५ वटा युवा रेडक्रस सर्कल रहेको छ । नेरेसो भक्तपुर जिल्ला शाखामा यशष्कर सदस्य, विशिष्ट सदस्य, आजिवन सदस्य, साधारण सदस्य, संस्थागत सदस्य र जुनियर युवा सदस्य गरी १५,२३० भन्दा बढि सदस्यहरु संलग्न छन् ।यस जिल्ला शाखा अर्न्तगत १२ वटा समितिहरु रहेका छन् : विपद् तथा सफ्ट व्यवस्थापन समिति, संगठन तथा जनशक्ति विकास समिति, स्वास्थ्य तथा एम्बुलेन्स सेवा समिति, जुनियर युवा रेडक्रस समिति, आर्थिक तथा स्रोत परिचालन समिति, लैंगिक समानता तथा सामाजिक समावेशिकरण समिति, रक्त सञ्चार सेवा समिति, सञ्चार तथा मानवीय मूल्य प्रर्वद्धन समिति, पदपूर्ती समिति, प्रवर्दनात्मक प्राथमिक उपचार समिति, पारिवारिक सम्पर्क तथा पुन:स्थापना समिति र लेखा समिति । उल्लेखित सबै

समितिहरुले आफ्ना कार्यक्षेत्र अन्तर्गतका विभिन्न गतिविधिहरुद्धारा समुदायमा जनचेतना फैल्याई समुदायलाई उत्थानशील बनाउन सहयोग पुर्‍याउँदै आएको छ । संस्थाको संगठनात्मक ढाँचाको सुदृढीकरण तथा विस्तारद्वारा सरकारी एवं गैरसरकारी संगठनहरूसँग सर्म्पक स्थापनाका साथै सामुदायिक सहभागिता र स्वयंसेवकहरूको अधिकतम परिचालन गरी मानवीय पीडामा राहत प्रदान गर्ने र संकटाभिमुखता कम गर्ने नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको दूर गामी लक्ष्य हो । धर्म, वर्ण, लिङ्ग, वर्ग, जात, जाति, राष्ट्रियता वा राजनीतिक विचारधाराको आधारमा भेदभाव नगरी मानवीय विपत्तिलाई रोक्न वा कम गर्न प्रयास गर्ने नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको उद्देश्य हो ।

"रगत नपाए भक्तपुर जानु" भन्ने भनाईद्धारा समुदाय तथा देश भरी नै प्रख्यात रहेको नेपाल रेडक्रस सोसाइटी भक्तपुर जिल्ला शाखा रक्तसंचार सेवाको स्थापना वि.सं २०४५ सालमा भएको थियो भने वार्षिक रुपमा यस रक्तसंचार सेवाबाट ५०,००० भन्दा बढि पिंट रगत तथा रक्ततत्व वितरण भैरहेको छ ।

नेपाल रेडक्रसका सेवा कार्यक्रमहरू

नेपाल रेडक्रस सासाइटीले देहायबमोजिम चारवटा मुख्य कार्यक्षेत्रहरूमा गतिविधिहरू सञ्चालन गरिरहेको छ :

क. जीवन रक्षा गर्ने, जीविकाको संरक्षण गर्ने, विपद् र संकटबाट पुनर्लाभ गर्न समुदायको क्षमता बढाउने, विपद् पूर्वतयारीका रणनैतिक लक्ष्यसहित यो संस्था विपद् व्यवस्थापन क्षेत्रमा कार्यरत छ । विपद् पीडितहरूको उद्धार र राहत सेवा, पुन:स्थापना कार्यक्रम, ट्रेसिङ सेवा (खोजतलास तथा पारिवारिक पुन:स्थापना र पुनर्मिलन), द्वन्द्व प्रभावित परिवारका लागि सहयोग, रेडक्रस सन्देश आदानप्रदान, विपद् व्यवस्थापन ।

ख. सुरक्षित, उत्थानशील र स्वस्थ समुदायको प्रवर्द्धन क्षेत्रमा पनि नेपाल रेडक्रस निरन्तर कार्यरत छ । आपत्कालीन समयमा घाइने वा बिरामीको सेवाको लागि रक्त सञ्चार सेवा, एम्बुलेन्स सेवा र प्राथमिक उपचार सेवा प्रदान गर्दै आएको छ । यसैगरी आकस्मिक सेवा र स्वास्थ्य शिविर र सहयोग कार्यक्रमहरू, सामुदायिक विकास, खानेपानी, सरसफाइ जस्ता स्वास्थ्य प्रवर्द्धनका गतिविधिहरू मार्फत महामारी रोकथामका क्षेत्रमा नेपाल रेडक्रस प्रयत्नशील रहेको छ ।

ग. रेडक्रस ज्ञान र अन्तर्राष्ट्रिय मानवीय कानुनको प्रचार प्रसार, रेडक्रस प्रतीक चिन्हको सम्मान अभिबृद्धि, सुरक्षित पहुँच र मानवीय मूल्यको प्रवर्द्धनका लागि आन्तरिक र वाह्रय सञ्चार नेपाल रेडक्रसका महत्वपूर्ण गतिविधिहरू हुन् । यी गतिविधिहरूले सामाजिक समावेशीकरण, संरक्षण, अहिंसा र शान्तिको संस्कृतिलाई प्रवर्द्धन गर्ने क्षेत्रमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दछन् ।

घ. संस्थाको कार्यकारिणी र व्यवस्थापकीय क्षमता सुदृढीकरण गर्दै समुदायको संकटासन्नता न्यूनीकरण गर्नका लागि संगठनका सबै तहमा कार्य सम्पादन स्तर बृद्धि गर्न आवश्यक पर्ने गतिविधिहरू जस्तै : महिला सहभागिता बृद्धि, जुनियर युवा तथा स्वयंसेवक परिचालन, जनशक्ति विकास, स्वयंसेवक व्यवस्थापनजस्ता गतिविधिहरू नेपाल रेडक्रस र समुदायका लागि महत्वपूर्ण छन् ।

मानवीय कार्यक्षेत्रमा सरकारको सहयोगी भूमिकामा रेडक्रस मुलुकका बासिन्दाहरूको मानवीय आवश्यकताहरूलाई सम्बोधन गर्ने जिम्मेवारी हरेक सार्वभौम देशका सरकार हरूमा रहेको हुन्छ । रेडक्रसका राष्ट्रिय सोसाइटीहरूले सरकारका यी प्रयासहरूमा सहयोग गर्दछन् । विपद्, युद्ध, द्वन्द्व वा अन्य बिभिन्न अवस्थाहरूका साथै शान्तिकालमा सरकारको पहुँच नपुगेको वा पुग्न नसक्ने अवस्थामा रेडक्रसले जनताको मानवीय आवश्यकतामा सहयोग गर्दछ । युद्धको अवस्थामा राष्ट्रिय सेनाको चिकित्सा सेवा तथा सामान्य नागरिकहरूको लागि सहयोग गरिरहेको हुन्छ । रेडक्रसले मानवीय सेवाका गतिविधि सञ्चालन गर्दा जोखिम न्यूनीकरण, विपद् व्यवस्थापन, स्वास्थ्य प्रवर्द्धन, अन्तर्राष्ट्रिय मानवीय कानुनको प्रचारप्रसार तथा प्रवर्द्धनजस्ता विषयमा सरकारी निकायबाट रेडक्रसका आफ्ना सिद्धान्तअनुरूप कार्य गर्न खास कार्यादेश प्राप्त गरेको हुन्छ । मानवीय कार्यमा

रेडक्रस सरकारी लगायत सबै पक्षका लागि एउटा भरपर्दो साझेदारको रूपमा रहेको हुन्छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी भक्तपुर जिल्ला शाखामा रहेका उपशाखाहरु नै यस जिल्ला शाखाका अभिन्न अंग हुन् । जिल्ला शाखाका हरेक गतिविधिहरुलाई समुदायमाझ प्रभावकारी रुपमा संचालन गर्न , रेडक्रसका सिद्धान्त अपनाई समुदायमा जनचेतनामुलक कार्यक्रमहरु,विपद पुर्वतयारी तथा प्रतिकार्य,राहात वितरणका लगाएत सम्पुर्ण गतिविधिहरु आ्नो कार्यक्षेत्रमा संचालन गरी रेडक्रस अभियानलाई घरघरमा चिनाउन र जिवित राख्न सफल हुनुमा उपशाखाहरुको नै योगदान रहेको छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा नेपालीहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Garden of Books

Ghalate, Suryabinayak

Contact details: 9843290091 (Dr. Ajay), 9849510305 (Dr. Neelima)

- Study Room, Work from Home Space in Bhaktapur.
- Indoor Clean, Comfortable and Quiet seating spaces.
- Personal Seating space with Plug Points and LED lights on each seats.
- High-speed WiFi.
- Parking spaces for 2 wheelers and 4 wheelers.
- Open, Green , Spacious Outdoor seating space for Studying, Eating, Resting, Recreation (TT, Badminton, etc.)
- Mineral water in water dispenser (Hot+Cold).
- In-house meal services and outside meal delivery services available.
- CCTVs installed for security.
- Inverter Back up for electricity.
- Western and Eastern style clean washrooms.

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

u0f]zdfg >]7

प्रोप्राइटर

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् खाद्यान्न उद्योग

मध्यपुर थिमि न.पा.-३, तेर्सांटार

फोन: ९८५११४१०६०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

g/ [b|9s fn

प्रोप्राइटर

बिपु बुक्स एण्ड स्टेशनरी

शंखधरचोक, मध्यपुर थिमि (प्रभु बैंकसंगै)

सम्पर्क : ९८४१२४४८१६

यहाँ कलेज तथा विद्यालयको पाठ्यपुस्तक पाइन्छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण
शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक, विद्यार्थीवर्ग एवं शुभचिन्तक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

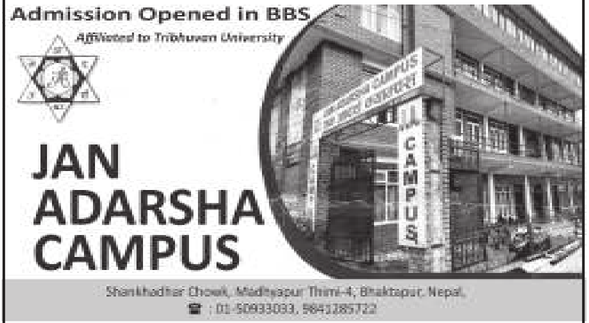
बुद्धिकुमार घो श्रेष्ठ
प्रधानाध्यापक एवं

आदर्श माध्यमिक विद्यालय

लायकू, थिमि, भक्तपुर
फोन नं. : ६६३०३२१

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा

शुभ-कामना



uwfbf; >]7	bufb{dfkg >]7
का.वा. अध्यक्ष	क्याम्पस प्रमुख

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक शिक्षिका, अभिभावक एवं विद्यार्थीवर्गमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Rajendra Shrestha
Principal

EMMANUEL ENGLISH BOARDING SCHOOL

Madhyapur Thimi-3, Gatthaghar, Bhaktapur
Contact No. 01-6631108, 6638830

मानवीय सेवामा युवा रेडक्रसको भूमिका

सागर गुरागाई
शिक्षक एवं पत्रकार

युवाहरु समाजका उर्जा हुन् । उर्जालाई सहि ठाउँमा प्रयोग गर्दा त्यो ठाउँ झलमल्ल उज्यालो हुन्छ । तर उर्जाको दुरुपयोग भएमा त्यहाँ आगलागी, विष्फोट र विध्वंस पनि हुनसक्छ । विश्वव्यापी मानवतावादी संगठन रेडक्रसको सदस्य बनेर विपद्मा परेका मानवको उद्धार, राहत र पुर्नस्थापनामा युवा वर्गको ठुलो भूमिका रहँदै आएको छ । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी अन्तर्गत विभिन्न जिल्ला शाखा र उपशाखाहरुले पनि जुनियर रेडक्रस सर्कल स्थापना गरेर उनीहरुलाई आवश्यक आधारभूत तालिम दिएर मानवीय सेवामा खटाएका छन् । रेडक्रस भनेको विपद्मा परेका मानवको उद्धार, राहत र पुर्नस्थापनामा नि:स्वार्थ भावले सहयोग गर्ने स्वयंसेवी संस्था हो ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा भक्तपुरको पहिलो उपशाखाको रुपमा परिचित मध्यपुर थिमि उपशाखा करिब ३ दशक अघि स्थापना भएर मानवीय सेवाका कार्य गर्दै आएको छ । मानवीय सेवाको पुण्य कार्यमा समर्पित युवाहरुलाई उनीहरुको जोश, जाँगर, सीप, क्षमता र शक्तिलाई सदुपयोग गर्दै विपत्तिमा परेका मानवलाई उद्धार, राहत प्रदान एवं स्वास्थ्य सचेतना, सरसफाई, रक्तदान लगायतका कार्यहरु हुँदै आएका छन् ।

सामान्यतया १० वर्षदेखि १८ वर्षसम्मका युवायुवतीहरुलाई मानवीय सेवा, प्राथमिक उपचार तालिम, प्राकृतिक एवं दैवि प्रकोप उद्धार तालिम, स्वास्थ्य सचेतना लगायतका तालिमहरु दिएर मानवीय सेवामा लाग्न अभिप्रेरित गर्ने संस्था पनि रेडक्रस नै हो । विशुद्ध मानवीय सेवा र समाजसेवामा लाग्न अभिप्रेरित गर्नु पनि सामान्य विषय होइन । किनकि सामान्यतया टिनएजका युवायुवतीहरु खेलकुद र मनोरञ्जनलाई मात्रै प्राथमिकता दिन्छन् । अभिभावक र शिक्षालयले राम्ररी अभिभावकत्व गर्न नसक्दा कयौं युवायुवतीहरु मादकपदार्थ र लागुपर्दाथको दुर्व्यशनमा फसेका हुन्छन् । यस्तो संवेदनशील उमेरका युवायुवतीलाई मानवीय सेवाका कार्यमा तनमनका साथ काम गर्न हौसला र प्रेरणा दिने काम पनि रेडक्रसका अगुवाहरुकै दायित्व भित्र पर्दछ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाका हस्तीहरु दुर्गामोहन श्रेष्ठ, रमेश उखा श्रेष्ठ, भुवन चरण श्रेष्ठ, तुईलाल श्रेष्ठ, ज्ञानदेव श्रेष्ठ, पूर्णकेशरी श्रेष्ठ, बाबुकाजी श्रेष्ठ लगायतको अगुवाइमा उपशाखाले धेरै विपद्मा परेका मानवहरुलाई उद्धार, राहत, पुर्नस्थापनदेखि रक्तदान लगायतका सामाजिक कार्यहरु गर्दै आएको छ । उक्त कार्यहरुमा रेडक्रसका युवा सर्कलहरु विभिन्न क्याम्पस र विद्यालयहरुमा गठन गरेर विभिन्न तालिम, र्‍याली, सरसफाई, चित्रकला प्रतियोगिता, लागुपदार्थ र मादकपदार्थको दुर्व्यसनीबाट बच्ने उपायबारे सचेतनामूलक कार्यक्रमहरु गर्दै आएको छ । अझै पनि नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले युवालक्षित कार्यक्रमहरु सशक्त र प्रभावकारी रुपमा गर्दै अघि बढ्नु पर्छ ।

स्वयंसेवकको रुपमा मानवीय सेवाका काममा युवा जगतलाई प्रेरित गर्दा आफनो घरपरिवार, साथीभाई, आफन्त र समाजमै सकारात्मक संदेश प्रवाह हुन्छ । मानवीय सेवाका कार्यमार्फत असल समाजसेवी बन्न सकिन्छ भन्ने

अवधारणा सबै युवायुवतीको मनमष्तिस्कमा छाप बसाउन पनि रेडक्रसका अग्रणी व्यक्तिहरुको महत्वपूर्ण भूमिका अपेक्षित छ । पछिल्लो समयमा युवायुवतीहरु मानवीय सेवाका कार्य भन्दा विदेशमोहमा फसेका देखिन्छन् । त्यसैले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीले सबै शाखा र उपशाखा मार्फत जुनियर रेडक्रस सर्कललाई सशक्त र प्रभावकारी रुपमा अघि बढाउन विभिन्न तालिम गोष्ठी आदिको व्यवस्था गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

युवा अदम्य शक्ति र साहसका पुञ्ज हुन् । ती देशका आशा र भरोसा हुन् । युवा राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक रुपान्तरणका अग्रदूत तथा परिवर्तनका संवाहक शक्तिसमेत हुन् तर त्यस्ता नेपाली युवा आफैं अन्योलमा छन् । युवाको अपार ऊर्जा आत्मसात् गरी व्यवस्थापन र परिचालन गर्दा मुलुकको कायापलट हुन्छ । युवा शक्तिको महत्व मनन् गरी संयुक्त राष्ट्रसंघले सन् १९९९ देखि हरेक वर्ष अगस्ट १२ लाई अन्तर्राष्ट्रिय युवा दिवसका रुपमा मनाउने निर्णय गरेसँगै सन् २००० देखि विश्वभर युवा दिवस मनाउने गरिएको छ ।

नेपालमा औपचारिक रुपमा सन् २००४ देखि यो दिवस मनाउन थालिएको हो । राष्ट्र विकासमा युवाशक्तिको सार्थक परिचालनको महत्व र आवश्यकता आत्मसात् गरी बि.सं. २०६५ सालमा युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय स्थापना गरियो । बि.सं. २०६६ सालमा राष्ट्रिय युवा नीति तय गरियो । बि.सं. २०७२ सालमा त्यसलाई परिमार्जन गरी त्यसैको मार्गदर्शनमा १० बर्से युथ भिजन २०२५ बनाई उत्साहपूर्ण रणनीति कार्ययोजना जारी गरी लागु गरिएको छ । त्यो भिजनले युवाका लागि गुणस्तरीय शिक्षा, रोजगारी र उद्यमशीलता, युवाको स्वास्थ्य र सामाजिक सुरक्षा, युवा परिचालन, सहभागिता र नेतृत्व विकास अनि खेल र मनोरञ्जनलाई आधार मानेर पाँचखम्बे रणनीति र कार्यक्रम तय गरेको छ । राष्ट्रिय युवा नीति अनुसार १८ देखि ४० वर्ष उमेरका युवा हुन् ।

देशको कुल जनसंख्याको चालिस प्रतिशतभन्दा बढी युवा समूह छ । यो समूह नै आर्थिक, सामाजिक गतिविधिमा बढी संलग्न छ तर यो जनसांख्यिक लाभ लिन सकिएको छैन । स्वदेशमा रोजगारी, स्वरोजगारीको प्रवर्धन हुन नसक्दा, अध्ययन र भविष्यप्रतिको निराशालगायतका कारण बिदेसिने क्रम बढ्दो छ ।

राष्ट्रिय युवा परिषद्को पछिल्लो प्रतिवेदन अनुसार युवाशक्तिको ३ प्रतिशत पूर्ण बेरोजगार, २८ प्रतिशत अर्ध बेरोजगार र ५८. प्रतिशत स्वरोजगार छ । वैदेशिक रोजगारीमा जाने युवामध्ये दुई प्रतिशत मात्र दक्ष र ७४ प्रतिशत अदक्ष छन् । युवा राष्ट्रका भविष्य हुन् । यस सन्दर्भमा यस पटकको युवा दिवसमा तय गरिएको “दिगो विकास लक्ष्य प्राप्तिमा युवाको साथ, हरित विश्व निर्माणमा हरित सिप विकास” नारा मननीय छ ।

युवामा सिप विकास गरी दक्ष बनाउने र समुचित परिचालनमार्फत विकास लक्ष्य परिलक्षित कार्यक्रमहरुमा राज्यको प्राथमिकता आवश्यक छ । युवाको समुचित व्यवस्थापन र परिचालन गर्न सक्दा तीव्र रुपान्तरण अनि युवा परिचालन सही ढगंले नहुँदा ध्वंस, द्वन्द्वको दुष्चक्रमा परेका मुलुक देखिए, भोगिएकै छ । अग्रगामी संकल्प र लगनशीलता भएका नेपाली युवामा पनि नवप्रवर्तनकारी सोच, सिप र क्षमता छ । नेपाल सरकारले आफ्नो सिप र क्षमतालाई राष्ट्रको बिगो विकासमा खर्चिन गर्नुभएको आव्हानलाई युवाले आफ्नै सुन्दर भविष्यका लागि आत्मसात् गर्नु बुद्धिमत्ता हुनेछ ।

तुल्नात्मक रुपमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको क्रियाकलाप र कार्यक्रमहरु युवा लक्षित नै देखिएको छ । सबै विद्यालयमा युवा रेडक्रस सर्कल गठनदेखि उनीहरुलाई आधारभूत तालिम, मानवीय सेवामा लाग्न अभिप्रेरित गर्ने कार्यलाई प्रभावकारी रुपमा अघि बढाउनु जरुरी देखिन्छ । तसर्थ नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जस्तो विश्वव्यापी मानतावादी संस्थाको आजीवन सदस्य भएर व्यक्तिगत, पारिवारिक र समूहगत स्वार्थ भन्दा माथि उठेर विपत्तिमा मानवको उद्धार, राहत र पुनर्स्थापनामा योगदान दिन सबै युवा समूहलाई अभिप्रेरित गर्न नेरेसो मध्यपुर थिमि उपशाखाले ठोस योजना र कार्यक्रम सहित अगाडि बढ्न सकेमा युवा रेडक्रसको भूमिका अझ सशक्त र प्रभावकारी हुने देखिन्छ ।

"उद्यमशीलताका लागि बचत गर्ने बानी बसालौं"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

भरत श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवं

झरना बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक
फोनः ०१-६६३५२३८, ६६३६४२६

"एकका लागि सबै, सबैका लागि एक नै सहकारिता हो ।"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

मध्यपुर थिमि बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक, भक्तपुर
फोनः ०१-५०९३४४४

"लगानीको माध्यपबाट आर्थिक तथा सामाजिक उन्नति गरौं ।"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं
छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

कुमारी इन्भेष्टमेण्ट कम्पनी प्रा.लि.
मध्यपुर थिमि -४, शंखधरचोक
फोनः ०१-५६३९०६२

"सफलताको लागि हरपल सहयोगी ।"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

बाबा बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोनः ०१-५०९३३५२
९८४१२७०५५४

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण सदस्यहरु एवं
रेडक्रसप्रेमी शुभचिन्तकहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

धर्मराज थापा
मन्त्री

परशु राम पाण्डे
सभापति

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

जिल्ला शाखा भक्तपुर
दुधपाटी, भक्तपुर
फोन: ०१-६६११६६१, ६६१२२६६

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं
शुभचिन्तकहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

गृष्मा नेत्रम् अप्टिकल

शंखधरचोक, मध्यपुर थिमि
मध्यपुर अस्पतालसँगै
फोन: ९८१८८३५०१५, ९८४३०८३३०७

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं
शुभचिन्तकहरुमा हार्दिक मंगलमय

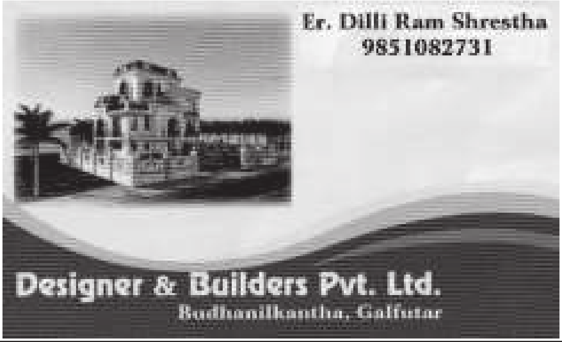
शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं
शुभचिन्तकहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।



शक्ति संचय

प्रकाशमान "बाबुचा"

"छपा: ल्हातं मरि बुइमखु ।" धयागु नेवा: जातीया पुलांगु उखानं प्रष्टयाना च्वंगु दु कि नेवा: त गुली संगठित जू धयागु खँ । छँ व बुँ ज्या:या निति जक मिसा मिजंया समानता दु धका: हिस्याइपिं छम्हुचा मनूतय्गु लान्छानायात नेवा: जातीय उत्पत्तिकालया इतिहासं ब्वनेत इनाप याना: च्वना । नेवा: जातीं हना: वया: च्वंगु संस्कृति, रीति थितिया नापं सामाजिक ज्या:य् नं मिसातय्त संगठित याना: यंका च्वंगु इतिहास मखंपि नेवा: मिसातय्त थौंया इलय् व:हे पुलांगु रुढीगत संकिर्ण मानासिकतायात भ्री सामाजिक न्ह्यलुवा धया: च्वनापिंनसं नाला कया: च्वनेगु ख:सा भ्रीगु मानवीय् अस्तित्वय् न्ह्यस: चिं दं वइगु निर्विवाद खँ ख: ।

छुं नं सामाजिक ज्या: खँय् मिसातय्त छ्यले मफूगुया कारण छु खलय् ? धयागु न्ह्योस: चिंलं भ्रीत मानसिक रुपं महसुस याका: च्वंगु सवाल ख: । अथेसां युगौं पुलांगु सामाजिक जीवन प्रकृया ख: धका: सुम्क च्वना च्वनेगु ख:सा भावी पिढीया लागि तधंगु दुर्भाग्यया खँ ख: । उके संसारया फुक्क जनसंख्याया बच्छी भाग क्व:त्यला च्वपिं मिसा त नं ख: । नेपा:या जनसंख्याया हिंसायात तुलनात्मक रुपं स्वयेबल्य् नं बछि दु । उकें समाज विकासया नितिं अति आवश्यक सामाजिक जीवन प्रणालीयात सु-संगठित अनुशासित व नैतिक चरित्र निर्माण यायेगु ज्या:य् मिसातय्गु अंहम भूमिका दुगु खँय् सुयाकें बिमति दय्फइमखु । अथे हे खुला रुपं सामाजिक ज्या: खँय् न मिसा जातीयात भ्रीसं छ्यला: क्यने फत: धा:सा थ्व भ्रीगु विद्यमान समाजया असमानता, लोभलालच हयाच्वंगु विकृतियात न्हंका छ्वयेत अ:पुइगु खँ यात नं भ्रीसं स्वीकार याये फय्मा ।

संसारय् च्वंपि फुक्क मिसा मिजंया ज्या: मानव जातीया सेवा यायेगु ख: । मानवसेवा यायेगु ज्या:य् मिसा मिजंया ल्वाभ: व क्षेत्र अलग अलग जुयाच्वनि । छगू मानवयात सेवा यायेगुया नितिं ह:पा: व ग्वाहालि यायेगु । निगुगू मानव जातीया जीवन सुथां नापं विकास यायेगु लागिं ह:पा व ग्वाहालि यायेगु । मानवकुलय् जन्म जूम्ह मचायात भेद्भावपूर्ण हेलाया भावनं वाल मष्टिस्कय् लाइगु मनोबैज्ञानिक छापयात नकारात्मक प्रभावयात मां-बौपिन्सं वास्ता मयागुया हुनिं सामाजिक विकृति विकास यायेगु ज्या:य् ह:पा बिया: च्वनापिं भ्री हे ख: धयागु खँया गुब्ले तक भ्रीसं महसुसयाना मिसा मिजंयात बिना भेदभावया व्यवहार मयाइ अब्ले तक सामाजिक विकृति, पारिवारिक विखण्डनया सिलसिलया ज्या: थथें हे न्हना: वनिमखु ।

साहित्य, कला व संस्कृतियात सामाजिक जीवन प्रणालीयात यथार्थपरक ढंगं गब्लेतक समानरुपं व्याख्या व विश्लेषण याये मफइ अब्ले तक मिसा व मिजंया दथुइं युगौं निसें दया: वयाच्वंगु असमान भेदभावपूर्ण व्यवहार ल्यना: च्वनिगु अस्वाभविक खँ मखु । युगौं पुलांगु साहित्य, कला व संस्कृतिया विरोधया विकास मात्र मिजं जातीया नितिं जक ख: ला ? धयागु थौंया मिसातय्गु न्ह्योसलं आम साहित्य, कला व संस्कृतिप्रेमि मिजंतय्त बिचा: याये मायेका च्वंगु वर्तमान ईया न्ह्य:लुवा मिजंतय्सं ह्युपा:या नितिं थ:गु भाषण व साहित्यय् जक च्वया: व्यवहारय् छ्यला: मच्वंगुया हुनि छु ले ? सामाजिक जीवन प्रणालीया संरचनायात ऐतिहासिक रुपं युग अनुसार जुया: व:गु विकासया झ्वलय् मानवीय आवश्यकता स्वया: इर्स्याया भावनं ज्या: याका: यंका: च्वंगुया

हुनि सामाजिक विकृति व पारिवारिक बिखण्डन जू व:गु मनोबैज्ञानिक कारण ख:ला ?

आम मिसात अप्पो कल्पनाशिल, भावुक व लज्जाशिल जुइगु प्रकृति प्रदत गुण ख: । मचांनिसें म्ह्याय् मस्तय्त मिजंत स्वया: कमजोर छैंया ज्या: यायेगु स्वयेगु व मचात हुर्कय् यायेगु ज्या:य् जक केन्द्रित यानातयेगु पारिवारिक व्यवहार व मौलिक शिक्षां याना: मनोबैज्ञानिक तवरं छाप लाना: च्वंगु यथार्थपरक खँ ख: । न्ह्योखँया स:लिसें न्हिछिया ज्यां थकित शरीरयात थनां बिइ, अब्लेनिसें तुफिज्वना बँपुइ, लुखा बँइली, थ:गु नित्य कर्मया वास्ता मयासें ज्या:या बन्दोवस्त, ज्यना:, बजि, बेलिया बन्दोवस्त, चिप सिलेगु ज्या: याना: नं सुं सुनानं जस मदुगुलिं भ्कन अप्पो मानसिक तवरं हिन भावनाया विकास जूवनिगु ज्या:यात पना: बिइपिं सुं मदइबलय् मिसा जातीयात सामाजिक जीवनं वाक दिक्क वय्कीगु व्यवहार यात भ्कीसं ह:पा: बिया: इमिगु सिप व कलायात समाजय् पिब्वया: बिइमा:गु भ्कीगु समाज विकासया शुभलक्षण जू वइगु जित: ता: । गुब्ले तक भ्कीगु समाजं थौंया युवा शक्तियात आत्मनिर्भर जुइ फइगु सिपमूलक कार्यक्रम मार्फत विभिन्न विषयलय् अनौपचारिक शिक्षा बिया: समाज विकासया ज्या:य् थौंनिसें छ्यला यंके फत धा:सा जक भ्कीसं भ्कीगु समाजया आजु पुवंके फइ । विद्यमान नेपाली समाज मिजं प्रधान समाज ख: । शिक्षित मां-बौपिन्सं हे म्ह्याययात स्वया: काय्यात अप्पो महत्व बियाच्वंगु यथार्थ खँ ख: धा:सा अनपढ पौराणिक संस्कारं ग्रष्ट मां-बौंपिन्सं म्ह्याय्यात स्वया: काय्यात हरेक क्षेत्रय् भेदभाव याइगु स्वाभाविक सामाजिक प्रकृया ख:, थ्वहे काय् म्हाय्यात यायेगु भ्कीगु भेदभावपूर्ण व्यवहारया हुनिं भ्की नेवा:तय्गु सामाजिक संरचनाया कमजोरीयात नेवा: संस्कृति विरोधी निहित स्वार्थि राजनीतिक व्यक्तित्वतय्सं नेवा:तय्गु मान, मर्यादा, माया-ममता व स्नेहपूर्ण तवरं न्ह्यानाच्वंगु विकसित सामाजिक सांस्कृतकि संरचनायात न्हंका छ्वयेत विभिन्न रुपं मिसा जातीयात आर्थिक लोभया नारा बिया: नेवा:तय्गु सु-संस्कृति रुपं न्ह्याना: च्वंगु सामाजिक विधि व्यवहारयात तहस नहस यायेत मानसिक रुप छाप बियाच्वंगु विषययात भ्की नेवा: विद्वान व नेवा: जातीया हितया निति स्वनां त:गु संघ संस्थातय्सं ग्यसुला:गु नेवा: जनशक्तिया विकास याना: अज्या:गु नेवा: समाज विरोध ज्या: खँया बारे सुक्ष्म ढंगं अध्ययन अनुसन्धान याना: वैज्ञानिक तवरं नेवा: मिसा जातितय्सं थ्व इलय् शिक्षित याना: संगठित याये मफुत धा:सा भ्की नेवा:तय्गु सामाजिक संरचनाय् तधंगु भुखाय् ब्वयेफूगु खँय् थनिंनिसें भ्की व भ्कीगु समाज लगय् जुइमा:गु ईया माग यात भ्कीसं पुरायाये फइ धैगु मानसिक शक्तिया संचय् यायेगु ज्या:य् थौंनिसें लगय् जुइमा:गु थौंया आवश्यकता ख: ।

सिर्जनशिल भविष्यया ल्हा:तं भावी सन्ततियात सामाजिक जीवनशिल प्राणीयात रुपय् विकसित याये फुपिं क्षमतावान, कल्पनशिल व: उत्पादनशिल नव प्रतिभावान मिसा जातियात घरेलु दासतापाखें छुटकारा बिइगु व बिइत स्वयं थ:थ:गु छैं परिवारपाखें सुरु यात धा:सा सामाजिक मान मर्यादाय् आंच वइ धका: ग्या:चिकु पह:यात वाना: छ्वये फय्मा:गु थौंया ईया माग ख: । समाजया सर्वाङ्गिण विकास व हित अनुकूल व थ:गु मान, मर्यादा, चरित्रयात ल्व:गु तरिका छ्यला: सामाजिक सेवा क्षेत्रय् लगय् जुइके मा:गु आवश्यकता बोध जुइमा:गु लकस दयेका बिइमा:गु भ्की नेवा: आन्दोलनया न्हेलुवा धका: नेतृत्वदायि भूमिका म्हितेगु थासय् च्वजना च्वंपिनिगु कर्तव्य ख: धयागु खँयात थौंनिसें फुक्क सियां महसुस जुइमा:गु खँ ख: । उकें भ्कीगु समाजया आम भाषा, जाति व संस्कृतिप्रेमी संघ संस्था, गुथि व खल: पुच:तय्सं समाजया प्रत्येक कार्य क्षेत्रय् लागु याना: प्रत्येक छैंय् परिवारय् च्वंपिं मिसातय्सं थ:थ:गु रुचि व क्षमता अनुसार संस्थागत रुपय् आवद्ध याना: इमिगु आन्तरिक रुपं लिकुना च्वंगु उर्जायात प्रस्फुटन याका: सामाजिक क्रियाकलापय् छ्यला: निर्भयपूर्ण तरिकां थ:गु भावनायात समाजय् निर्धक रुपं विचार तये फइगु क्षमताया विकास यायेगुया ज्या:य् भ्कीसं ह:पा: बिया: यंके फत धा:सा भ्कीसं ता:तुनागु समाज विकास व भ्कीगु समाजय् खल:, पुच:, गुथि व संघसंस्था स्वनागुया आज्जु पुवनि । सुभाय्

नेपालमा जलवायु लचिलोपनको निर्माणमा रेडक्रसको भूमिका

ई. ईन्द्रनारायण न्हुछे श्रेष्ठ

१. परिचय :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी (NRCS) द्वारा “जलवायु र वातावरणीय कार्य २०२३ को लागि रणनीतिक रूपरेखा” नेपालले सामना गर्ने बढ्दो तापक्रम, अनियमित मौसम ढाँचा र बारम्बार प्राकृतिक प्रकोप जस्ता बढ्दो जलवायु सम्बन्धी चुनौतिहरूको सामना गर्न डिजाइन गरिएको एक विस्तृत योजना हो । यसले विपद् जोखिम न्यूनीकरण, जलवायु-स्मार्ट पहलहरू, दिगो जीवन र सीमान्तकृत समूहहरूको समावेशीकरण मार्फत कमजोर समुदायहरूको लचिलोपन निर्माणमा केन्द्रित छ । ढाँचाले सरकारी निकायहरू, अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरू र स्थानीय साझेदार हरूसँगको सहकार्यलाई प्रवर्द्धन गर्दै संस्थागत र सामुदायिक स्तरहरूमा क्षमता निर्माणमा पनि जोड दिन्छ । यद्यपि, योजना महत्वाकांक्षी र दायरा फराकिलो भए पनि यसले स्पष्ट कार्यान्वयन र णनीतिको अभाव, सीमित अनुसन्धान क्षमता, सहरी जोखिममा अपर्याप्त ध्यान र बाह्य कोषमा निर्भरता जस्ता चुनौतीहरूको सामना गर्छ । यस लेखले ढाँचाको बल र सुधारका लागि क्षेत्रहरूको आलोचनात्मक समीक्षा गर्दछ, दीर्घकालीन जलवायु लचिलोपन सुनिश्चित गर्न NRCS को रणनीतिक दृष्टिकोण र नेपालको दवावपूर्ण वातावरणीय चुनौतीहरूको थप प्रभावकारी प्रतिक्रियाहरू सुनिश्चित गर्न सिफारिसहरू प्रदान गर्दछ ।

२. योजनाको बारेमा के राम्रो छ ?

क) महत्त्वपूर्ण मुद्दाहरू समेट्छ :

योजनाले विपद् व्यवस्थापन, स्वास्थ्य, खाद्य सुरक्षा, स्वच्छ पानी र वातावरण संरक्षण जस्ता धेरै महत्त्वपूर्ण क्षेत्रहरूलाई हेर्छ । यसले यी क्षेत्रहरूमा जलवायु र वातावरणीय सरोकारहरू समावेश गरेको सुनिश्चित गर्दछ ।

ख) समुदायहरूमा फोकस :

योजनाले स्थानीय समुदायहरूलाई जलवायु परिवर्तन विरुद्धको लडाइको नेतृत्व गर्न सशक्त बनाउँछ । यो महत्त्वपूर्ण छ किनभने नेपालमा धेरै ग्रामीण क्षेत्रहरू जलवायु परिवर्तनबाट सबैभन्दा बढी प्रभावित छन् ।

ग) टिमवर्कलाई प्रोत्साहन गर्छ :

योजनाले सरकार, अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरू र सामुदायिक समूहहरूसँग मिलेर काम गर्न प्रोत्साहन गर्छ । यसले NRCS ले गरेको काम राष्ट्रिय योजनाहरूसँग राम्रोसँग मेल खान्छ भन्ने सुनिश्चित गर्छ, जस्तै जलवायु परिवर्तन र प्रकोप प्रतिक्रियामा केन्द्रित ।

घ) ज्ञान र सीपहरू :

योजनाको ठूलो भाग जलवायु जोखिमहरूसँग कसरी व्यवहार गर्ने मानिसहरू र संस्थाहरूलाई

सिकाउने बारे हो । यसले जलवायु सम्बन्धी समस्याहरूबाट आफूलाई जोगाउन सक्ने बलियो समुदायहरू सिर्जना गर्न मद्दत गर्छ ।

ङ) दिगो अभ्यासहरू प्रवर्द्धन :

योजनाले दिगो कार्यहरू, जस्तै फोहोर घटाउने, नवीकरणीय ऊर्जा प्रयोग गर्ने र ऊर्जा दक्षता सुधार गर्न जोड दिन्छ । यसले नवप्रवर्तन, आधुनिक प्रविधि र परम्परागत ज्ञान दुवैको प्रयोगलाई प्रोत्साहन गर्दछ ।

च) विश्वव्यापी दिशानिर्देशहरू :

यो योजना पेरिस सम्झौता र दिगो विकास लक्ष्यहरू जस्ता महत्त्वपूर्ण अन्तर्राष्ट्रिय जलवायु सम्झौताहरूसँग सम्बद्ध छ । यसले स्थानीय समस्याहरूलाई सम्बोधन गर्दा NRCS लाई विश्वव्यापी स्तरमा काम गर्न मद्दत गर्दछ ।

छ) समावेशीकरण र समानतालाई समर्थन :

योजना सीमान्तकृत समूहहरूलाई संरक्षण गर्न र सबैलाई विशेष गरी महिला र जोखिममा परेका जनसंख्याले जलवायु कार्यबाट लाभान्वित हुने कुरा सुनिश्चित गर्नमा केन्द्रित छ ।

ज) निवारक कार्यहरू :

यसले "पूर्वानुमान कार्यहरू" समावेश गर्दछ, जसको अर्थ मौसम पूर्वानुमान र अन्य प्रारम्भिक चेतावनी प्रणालीहरू प्रयोग गरेर प्रकोपहरू हुनु अघि कार्य गर्नु हो । यसले प्रकोपबाट हुने क्षतिलाई कम गर्न मद्दत गर्छ ।

झ) आदिवासी ज्ञानको सम्मान :

योजनाले स्थानीय र स्वदेशी ज्ञानलाई महत्त्व दिन्छ, जसले जलवायु चुनौतीहरूको व्यावहारिक, सांस्कृतिक रूपमा उपयुक्त समाधानहरू प्रदान गर्न सक्छ ।

३. योजनाका चुनौतीहरू

क) पूर्ण रूपमा कार्यान्वयन गर्न गाह्रो :

योजना महत्त्वाकांक्षी छ, धेरै पैसा र स्रोतहरूको आवश्यकताको कारण पूर्ण रूपमा कार्यान्वयन गर्न गाह्रो हुन सक्छ । यो सबै रकम कहाँबाट आउँछ भन्ने स्पष्ट रूपमा स्पष्ट छैन ।

ख) राम्रो ट्र्याकिङ्गको आवश्यकता :

योजनामा सफलता मापन गर्न पर्याप्त स्पष्ट लक्ष्य वा सूचकहरू छैनन् । यसले गर्दा भइरहेको कामले फरक पारिरहेको छ कि भनेर जान्न गाह्रो हुन्छ ।

ग) अनुसन्धान समर्थनको अभाव :

योजनाले अनुसन्धान र नयाँ विचारहरूको आवश्यकताको बारेमा कुरा गर्छ, तर NRCS सँग समर्पित अनुसन्धान विभाग छैन । यसले नयाँ ज्ञान र समाधानहरू उत्पन्न गर्न गाह्रो बनाउँछ ।

घ) धेरै क्षेत्रहरू कभर:

योजनाले धेरै क्षेत्रहरू समेट्छ, जसले NRCS को स्रोत र क्षमताहरूलाई ओझेलमा पार्न सक्छ । केही प्राथमिकताका क्षेत्रहरूमा फोकस गर्दा अझ प्रभावकारी हुनेछ ।

ङ) थप शहरी फोकसको आवश्यकता :

यो योजना मुख्यतया ग्रामीण क्षेत्रहरूमा केन्द्रित छ तर शहरहरूमा बढ्दो जलवायु जोखिमहरूमा पर्याप्त ध्यान दिँदैन । नेपालका सहरहरू तीव्र गतिमा बढ्दै गएकाले उनीहरूले जलवायु परिवर्तनबाट बढी जोखिमको सामना गरिरहेका छन् ।

च) निजी क्षेत्र साझेदारीको अभाव :

योजनाले कसरी व्यवसाय र निजी कम्पनीहरूले जलवायु कार्यमा योगदान गर्न सक्छन् भन्ने पूर्ण

रूपमा अन्वेषण गर्दैन । निजी क्षेत्रलाई संलग्न गर्नाले थप पैसा र विशेषज्ञता ल्याउन सक्छ ।

छ) टेक्नोलोजीमा पर्याप्त फोकस छैन :

योजनाले प्रविधिलाई उल्लेख गरेको छ तर कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई), ड्रोन वा डिजिटल प्लेटफर्महरू जस्ता आधुनिक उपकरणहरूको पूर्ण रूपमा फाइदा लिन सक्दैन जसले जलवायु अनुगमन र प्रकोप प्रतिक्रियामा मद्दत गर्न सक्छ ।

४. सुधारका लागि सुझावहरू

क) थप कोष सुरक्षित गर्ने :

योजना कार्यान्वयन गर्न पर्याप्त स्रोतहरू छन् भनी सुनिश्चित गर्न NRCS ले व्यवसाय, अन्तर्राष्ट्रिय दाताहरू र सरकारी अनुदानहरू जस्ता थप कोषका स्रोतहरू खोज्नुपर्छ ।

ख) चरणबद्ध कार्यान्वयन :

NRCS ले योजनालाई चरणहरूमा विभाजन गर्ने, विपद् व्यवस्थापन जस्ता सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण क्षेत्रहरूबाट सुरु गर्ने विचार गर्नुपर्छ । यसले स्रोतहरूलाई फोकस गर्न र एकैचोटि धेरै गर्नबाट बच्न मद्दत गर्नेछ ।

ग) प्रगतिको राम्रो ट्र्याकिङ्ग :

NRCS ले प्रगति ट्र्याक गर्न स्पष्ट, मापनयोग्य लक्ष्यहरू र समयरेखाहरू सिर्जना गर्नु पर्छ । यसले योजनालाई उद्देश्य अनुसार काम गरिरहेको सुनिश्चित गर्न मद्दत गर्नेछ ।

घ) सहरहरूमा बढी फोकस गर्ने :

सहरी क्षेत्रहरू जलवायु जोखिमहरूका लागि बढी जोखिममा पर्दै जाँदा, NRCS ले बाढी प्रतिरक्षा सुधार गर्ने र जलवायु-अनुकूल पूर्वाधार निर्माण गर्ने जस्ता सहरहरूको सुरक्षा गर्न थप कार्यहरू समावेश गर्नुपर्छ ।

ङ) अनुसन्धान विभाग बनाउने :

जलवायु जोखिमहरू अध्ययन गर्न र नयाँ समाधानहरू खोज्ने क्षमतामा सुधार गर्न NRCS ले अनुसन्धान टोली वा विश्वविद्यालय र अनुसन्धान संस्थाहरूसँग साझेदारी बनाउनु पर्छ ।

च) व्यवसायहरूसँग काम गर्नुहोस् :

निजी क्षेत्रले नयाँ प्रविधि, कोष र विशेषज्ञता प्रदान गरेर जलवायु कार्यमा ठूलो भूमिका खेल्न सक्छ । NRCS ले आफ्ना प्रयासहरूलाई बलियो बनाउन व्यवसायहरूसँग साझेदारी खोज्नुपर्छ ।

छ) डिजिटल उपकरणहरू प्रयोग गर्नुहोस् :

एनआरसीएसले आधुनिक डिजिटल उपकरणहरू जस्तै AI र ड्रोनहरू प्रकोप प्रतिक्रिया र जलवायु अनुगमन सुधार गर्नको लागि थप फाइदा लिनुपर्दछ । यी प्रविधिहरूले उनीहरूको कामलाई अझ प्रभावकारी र प्रभावकारी बनाउन मद्दत गर्न सक्छन् ।

५. निष्कर्ष :

“जलवायु र वातावरणीय कार्यको लागि रणनीतिक रूपरेखा २०२३” एउटा बलियो योजना हो जसले नेपालमा जलवायु सम्बन्धी धेरै जरुरी चुनौतीहरूलाई सम्बोधन गर्दछ । सामुदायिक संलग्नता, टोली कार्य, र स्थिरतामा ध्यान केन्द्रित गरेर, NRCS वास्तविक भिन्नता ल्याउनको लागि राम्रो स्थितिमा छ । यद्यपि, योजना सफल हुन्छ भनी सुनिश्चित गर्न, NRCS ले प्रगतिलाई कसरी ट्र्याक गर्ने, थप कोष सुरक्षित गर्ने र सहर र अनुसन्धानमा आफ्नो फोकसलाई बलियो बनाउन आवश्यक छ । यी चुनौतीहरूलाई सम्बोधन गरेर यो योजनाले जलवायु परिवर्तन विरुद्धको नेपालको लडाइमा दिगो प्रभाव पार्न सक्छ ।

जनसमुदायमा अनुरोध

१) जन्म, मृत्यु, बिबाह, जस्ता व्यक्तिगत घटना ३५ दिन भित्र वडा कार्यालयमा दर्ता गरौं ।

२) स्थानीय सरकारलाई सबल र सक्षम बनाउन समयमै कर तिरौं ।

३) व्यवसाय दर्ता गरौं र समयमै नविकरण पनि गर्ने बानी बसालौं ।

४) सेवा प्रवाहमा रहेका कमी कमजोरी औंल्याउने बानीको विकास गरौं ।

५) विकास निर्माणका काम उपभोक्ता समितिले समयमै सम्पन्न गरेर फरफारक गरौं ।

समयमै कर तिरौं, नागरिकको कर्तव्य पालना गरौं ।

मध्यपुर थिमि नगरपालिका

नगरकार्यपालिकाको कार्यालय

कालसर्प योग

ज्योतिष मुकुन्द कृष्ण श्रेष्ठ

सम्पूर्ण जातकको जन्म समय अनुसार लग्न कुण्डली बनाइन्छ । कुनै पनि जातकको कुण्डलीमा स्थित ग्रह अनुसार धेरै किसिमको योग बन्न सक्छ । जस्तै लग्ने३।को मालिक केन्द्र भाव अर्थात १-४-७-१० सौं भावमा रहेमा अधिराज योग बनिन्छ । अधिराज योग परेका जातक कूल भूषण हुने, चक्रवर्ति हुने साथै आफ्नो वंशमा प्रतापि हुने हुन्छ । त्यस्तै जातकको कुण्डलीमा चन्द्रमाबाट पहिलो, चौथो, सातौ र दशौं भावमा ग्रह, वृहस्पति ग्रह अवस्थित भएमा गडाकेशरी योग बन्छ । जातकको कुण्डलीमा राहु र केतुको बीचमा अन्य ग्रहहरु सूर्य, चन्द्रमा, मंगल, बुध, गुरु वृहस्पति, शुक्र र शनिश्चर अवस्थित भएमा यस्तो अवस्थामा कालसर्प योग भनिन्छ ।

राहु र केतु ग्रह सदैव बक्रीचक्त अर्थात उल्टो चाल चल्छ । राहुदेखि सबै ग्रहहरु सूर्य, चन्द्रमा, मंगल, बुध, गुरु बृहस्पति, शुक्र र शनिश्चर स्थित भएमा कालसर्प योग हुन जान्छ । केतुदेखि राहुको बीचमा सबै ग्रहहरु बसेमा कालसर्प योग मानिन्दैन भन्छन् । कालसर्प योगको विषयमा विभिन्न ज्यातिषाचार्यहरुको विभिन्न मत पाइएका छन् ।

राहु र केतु ग्रह छायाँ ग्रह हुन । राहुको जन्म नक्षत्र भरणी र केतुको जन्म नक्षत्र अश्लेष हो भन्ने ज्योतिष शास्त्रीय बचन छन् ।

भरणी नक्षत्रको देवता "काल" तथा अश्रेषा नक्षत्रको देवता सर्प हुन भनिन्छ । यो दुवै राहु र केतुको देवताहरुलाई एकैसाथ लिंदा कालसर्प बन्न पुग्छन् ।

यो कालसर्प योग परेको जातकलाई विभिन्न किसिमको खराव झड्कालाग्न सक्छ । योगको कारणले गर्दा यो जातक पीडित हुन्छ । जतिसुकै मेहनत गर्दा पनि उन्नति हुन सक्दैन । थरी थरीको बाधा अड्चन पर्न आउने हुन्छन् ।

यो योग परेका जातकलाई शारीरिक, आर्थिक तथा मानसिकबाट पीडित हुन्छ । आफूले चाहेको काम पनि गर्न नसक्ने हुन्छ । आफूले चाहेकोसंग विवाह हुन सक्दैन । विवाह भएतापति सन्तान प्राप्त हुन सक्दैन । यस्ता जातक रोगी र अल्पपायु हुन सक्दछन् । भातृकूल पितृकूलमा पनि हानी नोक्सानी हुन सक्छ र सन्तानको हानी, धनको नाश हुने सम्भावना धेरै हुन सक्छ । यो कालसर्प योग परेका जातकहरु स्वप्नामा पनि सर्पहरु देख्ने हुन सक्दछन्, सर्पदेखि डराउने हुन्छन् ।

ज्योतिषाचार्यहरुको विचारमा सर्पको मुख राहु र पुच्छर केतु मानिन्छ । विशोत्तरी महादशा अनुसार राहुको १८ वर्ष र केतुको ७ वर्ष निर्धारण गरिएको छ ।

कालसर्प योग परेका जातकहरुले कालसर्प योगको दाष शान्तिका लागि पूजा, होम आदि गर्नुपर्ने हुन्छ ।

कालसर्प योग : गते, बार, तिथि, नक्षत्र र करणलाई पंचाङ्ग भनिन्छ । हाम्रा. साधारण भाषामा पात्रो भनिन्छ । अहिलेका युवाहरुले पंचाङ्गको विषयमा बुझ्नु पर्ने आवश्यक हुन्छ । ज्योतिष शास्त्रमा नक्षत्र, ग्रह र चन्द्रमा, तारा आदि पिण्ड र समयको ज्ञान सौर्यमान (सूर्य) बाट नै हुन्छ । वर्ष, अयन, ऋतु मास (महिना) बार सवै सौर्यमानबाट नै निश्चित् हुन्छ ।

चन्द्रमानको हिसावले तिथिको निर्णय हुन्छ । पंचाङ्ग अनुसार शुभ साइत तथा तिथिको आवश्यकता हामी सबैलाई

परिरहन्छ । पात्रोमा सूर्योदयदेखि कति घडि र कति बजेसम्म तिथि नक्षत्र योग करण हुन्छ पात्रोमा स्पष्ट लेखिएको हुन्छ ।

हाम्रो जन्म कुन तिथिमा भएको हो सोहि तिथिमा जन्म दिन मनाउनु पर्ने हुन्छ । हाम्रो चाडपर्व कुन कुन तिथिमा गर्न'पर्ने हो । सो तिथि मिति सवै पात्रो अनुसार पर्व मनाउनु पर्ने हुन्छ । तसर्थ कुनैपनि चाड, पर्व मनाउनु पर्ने दिन, तिथि पात्रोबाट नै जानकारी लिनुपर्ने हुन्छ । क्यालेण्डरमा लेखिए अनुसार गरिएमा अनुचित समाप्त हुन्छ । शुभ हुँदैन ।

कालसर्प योग : राशी अनुसार १२ राशी हुन्छन् । जस्तो मेष, बृष, मिथुन, कर्कट, सिंह, कन्या, तुला, बृश्चिक, धनु, मकर, कुम्भ र मीन राशी हुन्छन् । जन्म कुण्डलीमा पनि १२ भाव भनिन्छ । जस्तै तनु (लग्न), धन (सम्पति),भ्रातृ (पराक्रम), सुख (माता), सुत (विद्यापुत्र), शत्रु (क्षय), स्त्री (गृहस्थ), मृत्यु (आयु), भाग्य (धर्म), कर्म (पिता), आय (लाभ), व्यय (अन्तिम) । यस्तै लग्न कुण्डली अनुसार जातकको लग्नले व्यक्तित्व, शरिरलाई देखाउछ ।

धन भावबाट ससुरालीतर्फको स्थिति बुझाउँछ । तेश्रा भ्राताभावले दाजुभाई छोराछोरीको स्थिति देखाउँछ । चौथो भावले पिता, माता, गृह, त्यस्तै पाचौं भावले पुत्र, विद्या, बुद्धि । छैठौं भाव शत्रु स्थानबाट रोग शत्रु आदि, सातौं (जापा) भावले पति, पत्नी पेट सम्बन्धी, आठौं मृत्यु भावबाट रोग, पिसाप, मृत्यु बुझाउँछ । नवौं भावबाट धर्म स्थान कर्म तीर्थव्रत, दशौं भावबाट कर्म, पिता, पेशाको जानकारी गराइन्छ । एघारौं (लाभ) भावले आम्दानी र बाह्रौं (खर्च) भावले नोक्सानी र अन्तिम अवस्था बुझाउँछ । जहाँबाट कालसर्प योग शुरु हुन्छ । त्यही भाव सम्बन्धमा नै बढी प्रभाव ग्रस्त गर्दछ ।

माथिको कुण्डलीको चित्र अनुसार कुण्डलीमा तुला राशी देखि मेष राशीसम्मा सबै ग्रह छन् । केतु ग्रह र राहू ग्रहको बीचमा सबै ग्रहहरु स्थित रहेकोले यसलाई तक्षक नामको कालसर्प योग पऱ्यो । यस योग परेका जातकलाई अकाल मृत्युको भय र स्त्रीबाट हानी नोक्सानी हुने संभावना हुन्छ । अस्तु ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय शुभ-कामना व्यक्त गर्दछौं ।

स्वस्तिक प्रिन्टिङ्ग प्रेस

निगूपुखू, मध्यपुर थिमि-४

फोन: ०१-६२०२१६८, ९८४१४३४८९२

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उप शाखा

प्रतिवेदन

आ.व. २०८०/८१

जीवन श्रेष्ठ
सचिव, नेरेसो, मध्यपुर थिमि उपशाखा

मानवीय सेवामा अग्रसर विश्वव्यपी रुपमा रहेको रेडक्रसका संस्थापक जाँ हेनरी डुयुनाप्रति हार्दिक श्रद्धा सुमन अर्पन गर्दछौं । “रेडक्रस अभियानमा लागौ, विपत्तिमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं” भन्ने मुल नारा लाई आत्मसाथ गदै २०५४ श्रावण २९ गतेका दिन भक्तपुर जिल्ला कै पहिलो उपशाखाको रुपमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको स्थापना भएको यहाँहरुमा सवैविदितै छ ।

भक्तपुर मुलुक कै सबैभन्दा सानो जिल्ला हो । मध्यपुर थिमि नगरपालिका ऐतिहासिक एवं सांस्कृतिक नगर हो । प्राचीन कालमा कला, संस्कृतिको धनी मध्यपुर थिमि नगरपालिका वर्तमानमा पनि ...जीवित कला र संस्कृतिको संग्रहालयको रुपमा रहेको छ । नगरपालिकाको कार्ययोजना अनुसार नगर क्षेत्रका पुरातात्विक सम्पदा, कला संस्कृति एवं मूर्त र अमूर्त सम्पदाहरुको संरक्षण र सम्बर्द्धनमा निरन्तर क्रियाशील रहँदै आएको छ । यसै सर्दभमा मध्यपुर थिमि नगरपालिका स्वास्थ्य क्षेत्रमा उत्कृष्ट कार्य गदै मध्यपुर वासीहरुको स्वास्थ्य समस्या समाधानको बाटोमा रहेको उत्कृष्टताको एक अनुपम उदाहरण हो । मध्यपुरवासीहरुका लागि हरेक अग्रनी स्वयंसेवकको रुपमा रहेको नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा पनि एक स्वास्थ्य क्षेत्र कै एक अंश रहेको सर्वविदिदै छ ।

यस उपशाखा सात सिद्धान्तमा रही मानवीय सेवामा समर्पित हुँदै आएको नितान्त सामाजिक संस्था हुन् । स्थापना कालदेखि नै समुदाय, विद्यालय लगायत विभिन्न क्षेत्रमा रचनात्मक क्रियाकलापहरु गर्दै आइरहेको छ । “जहाँ दु:ख त्यहाँ रेडक्रस” भन्ने भावनालाई आत्मसाथ गर्दै प्राथमिक उपचार, प्राकृतिक प्रकोप नियन्त्रण, खोज तथा उद्धार, ब्लड बैंक संचालन, स्वास्थ्य सम्बन्धी जनचेतना मूलक कार्यक्रम, व्यक्तित्व विकास एवं स्वरोजगार कार्यक्रम, लैंगिक हिंसा विरुद्धको अभियान, सुरक्षित रक्तदान सम्बन्धी अन्तरक्रिया कार्यक्रम, प्रतियोगितात्मक कार्यक्रम, हुलाकी जस्ता थुप्रै कार्यक्रमहरु रेडक्रसले गर्दै आएको स्मरण गर्न चाहन्छौं । त्यस्तै गरी सव बहान सेवा संचालन , भूकम्पीय जोखिम न्यूनिकरण, आगलागी नियन्त्रण, स्वयंसेवकहरु परिचालन, कोभिड-१९ नियन्त्रण कार्यक्रम, डेंगी रोग नियन्त्रण र विपद्मा परेका मानवहरुलाई राहत वितरण जस्ता थुप्रै मानवीय सेवाहरु गर्दै आइरहेको छ ।

यसै परिपेक्षमा मानविय सेवा क्षेत्रको स्वयंसेवक संस्थाको रुपमा मध्यपुर थिमि नगरपालिका कै एक विशुद्ध स्वयंसेबक संस्थाको रुपमा रहेको यहाँमा सर्वविदितै रहेको छ । यस उपशाखाबाट २०८० मंसिर ३० हाल सम्मको गतिबिधिहरु संक्षिप्त बुँदागत रुपमा यहाँहरुमा समक्ष प्रस्तुत गर्न चाहन्छौं ।

आ.व. २०८०/८१ को गतिविधिहरु

१) स्मारिका प्रकाशन :

महान चाड विजयदशमी, नेपाल सम्वत् ११४४, शुभ दिपावली तथा छट पर्वको अवसरमा संयोजक श्री सुशिला श्रेष्ठ ज्यूको संयोजकत्वमा नेपाल

रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको नियमित प्रकाशन "रेडक्रस सन्देश" स्मारिका २०८० को १० औं अंक प्रकाशित गरिएको थियो ।

२) २१ औं उपशाखा सभा :

मिति २०८० मंसिर २७ गते का दिन यस उपशाखाको २१ औं उपशाखा सभा जनआर्दश क्याम्पस, शंखधर चोकमा सम्पन्न भयो । सभापति श्री बाबुकाजी श्रेष्ठ ज्यूको सभापतित्वमा भएको उक्त कार्यक्रममा मध्यपुर थिमि नगरपालिका का प्रमुख आदरणीय श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठ ज्यूको प्रमुख अतिथि रहनुभएको थियो । मध्यपुर थिमि नगरपालिका का उप-प्रमुख श्री विजय कृष्ण श्रेष्ठ ज्यूको विशेष आतिथिता रहेको उक्त कार्यक्रममा मध्यपुर थिमि नगरपालिका वडा नं. ४ का अध्यक्ष एवं नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर उपशाखाका पदेन सदस्य श्री बालकृष्ण श्रेष्ठ ज्यू तथा विष्णुविर सामुदायिक बन उपभोक्ता समितिका अध्यक्ष श्री कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठज्यू अतिथि रहनुभएको थियो । उपशाखाको सचिव जीबन श्रेष्ठज्यू र कोषध्यक्ष श्री काशीभक्त कायष्ठज्यूले पेश गर्नु भएको प्रगति प्रतिवेदन र आर्थिक प्रतिवेदन सर्वसम्मतबाट पारित गरिएको थियो । साथै उक्त सभामा समासेवी श्री सूर्यकृष्ण थापा श्रेष्ठज्यूले उहाँको ममतामयी माताको सम्झनामा उत्कृष्ट स्वंयमसवी पुरस्कारको लागि अक्षयकोष स्थापना गरिदिनुभएको थियो ।

३) पुरस्कार नियमावली निर्माण :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा अन्तरगतका स्वयंसवीहरुका लागि उत्कृष्ट स्वयंसेवा सम्मान पुरस्कार नियमावली तयार गरिएको थियो । २१ औं उपशाखा सभाबाट अनुमोदन गरिएको सो नियमावलीमा रहि विभिन्न बिधामा स्वयंसेवाको रुपमा कार्य गरिएको आभारमा छनौट गरी पुरस्कार तथा सम्मान गरिनेछ ।

४) सभासद छनौट तथा जिल्ला सभामा सहभागी तथा उम्मेदवारी :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा भक्तपुरको २९ औं जिल्ला सभामा सहभागीको लागि यस उपशाखाबाट सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठज्यूको नेतृत्वमा नि.सभापति पूर्णकेशरी श्रेष्ठ, उप-सभापति सविना श्रेष्ठ, सचिव जीबन श्रेष्ठ तथा उप-कोषध्यक्ष श्रीराम श्रेष्ठ सभासदको रुपमा छनौट गरि सहभागी भएको थियो । साथै उक्त सभाहुने अधिवेशनको लागि यस उपशाखाको तर्फबाट जिल्ला सदस्य एवं पूर्व सभापति श्री तुईलाल गोजा श्रेष्ठज्यूलाई उप-मन्त्रीमा उम्मेदवारी दिई अत्याधिक बहुमतले विजय हासिल गरेका थियौं ।

५) उत्कृष्ट उपशाखा सम्मान :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा भक्तपुरको २९ औं जिल्ला सभामा जिल्लाभरीका उपशाखाहरु मध्ये उत्कृष्ट कार्यक्रम, मानवीयसेवा मुलक कार्यक्रम मार्फत सेवा प्रदान गरिए बापत उत्कृष्ट उपशाखा सुवाल अवार्ड २०८० बाट सम्मान गरिएको थियो ।

६) प्राथमिक उपचार तालिम :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको आयोजना तथा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाको लागत सहयोगमा ४ दिने प्राथमिक उपचार तालिम उपसभापति श्री सविना श्रेष्ठज्यूको संयोजकत्वमा स्थानिय बालप्रेमी मा.वि.मा संचालन गरिएको थियो । नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा भक्तपुरको प्राविधिक सहयोगमा संचालित उक्त तालिममा २४ जना जुनियर/युवा सर्कल, स्थानिय युवा क्लब, महिला समुह तथा स्वयंसेवकहरुको सहभागीता रहेको थियो ।

७) उपशाखा कार्यालय शुभारम्भ :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको साविक कार्यालयमा परम्परागत पाटी निर्माण गर्ने मध्यपुर थिमि नगरपालिकाको निर्णयलाई सर्हष स्वागत गरि मध्यपुर थिमि नगरपालिकाको समन्वयमा रेडक्रस भवन तयार नभए सम्मको लागि नयाँ कार्यालयको मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका प्रमुख श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यूबाट शुभारम्भ गरियो । उक्त कार्यक्रममा नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरका सभापति परशुरा पाण्डेज्यू लगायत उपशाखाका पदाधिकारी

तथा सदस्यज्यूहरुको उपस्थिति रह्यो ।

८) बधाई तथा सम्मान कार्यक्रम :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी जिल्ला शाखा भक्तपुरको २९ औं जिल्ला सभा तथा अधिवेशनबाट निर्वाचित जिल्ला पदाधिकारी तथा कार्यसमिति सदस्यहरुलाई बधाई तथा सफलकार्यकालको शुभकामना सहित सम्मान कार्यक्रम उपशाखाका सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठज्यूको सभापतित्व तथा मध्यपुर थिमि नगर पालिकाका प्रमुख श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यूको प्रमुख आतिथ्यतामा सम्पन्न गरियो । उक्त कार्यक्रममा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी केन्द्रिय समितिका उपमन्त्री श्री मनोज कुमार थापाज्यू लगायत उपशाखाका पदाधिकारी तथा सदस्यज्यूहरु लगायत स्वयंमसेवक साथीहरुको उपस्थिती रह्यो ।

९) स्वास्थ्य उपचार सेवा सम्झौता :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाका आजिवन सदस्य, सदस्यहरुको परिवारजन तथा स्थानिय कम आय स्रोत, विपन्न वर्गहरुको उपचार्थ नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा तथा भक्तपुर ईन्टरनेशनल अस्पताल प्रा.लि. बीच सहुलियत दररेटमा स्तरीय स्वास्थ्य उपचार सेवा सम्झौता गरियो । उपशाखा सभापति श्री बाबुकाजी श्रेष्ठज्यू तथा अस्पतालका अध्यक्ष डा. ज्ञान कृष्ण च्वामु श्रेष्ठज्यूले सम्झौता पत्रमा हस्ताक्षर गरिएको थियो । उक्त कार्यक्रममा उपशाखाका पदाधिकारीज्यू तथा अस्पतालका दाधिकारीज्यूहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

१०) वनभोज कार्यक्रम :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको आयोजनामा स्थानिय ईन्द्रायणी परिसरमा वनभोज कार्यक्रमको आयोजना गरिएको थियो । उक्त कार्यक्रममा मध्यपुर थिमिका प्रमुखज्यू, उपप्रमुखज्यू, वडा अध्यक्षज्यूहरु, नससज्यूहरु, नेरेसो केन्द्रिय समितिमा उप-मन्त्रीज्यू, केन्द्रिय सदस्यज्यूहरु, नेरेसो नुवाकोट जिल्लाका सभापतिज्यू, नेरेसो भक्तपुर जिल्लाका सभापतिज्यू लगायत पदाधिकारीज्यूहरु, मध्यपुर थिमिका सम्पूर्ण पदाधिकारीज्यूहरु तगायत आजिवन सदस्यज्यूहरु, शुभचिन्तक साथीहरुको बाक्लो उपस्थिती रहेको थियो ।

११) भित्ते पत्रिका प्रकाशन तथा विमोचन :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाबाट नयाँ बर्ष २०८१ को उपलक्ष्यमा उपशाखाका कार्यक्रम संयोजक श्री कन्या मन्दिर प्रजापतिज्यूको संयोजकत्वमा भितेपत्रिका प्रकाशन गरिएको थियो । सो को विमोचन प्रमुख अतिथि मध्यपुर थिमि नगर पालिकाका प्रमुख श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यूले गर्नु भएको थियो । सो अवसरमा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका उप-प्रमुख श्री विजय कृष्ण श्रेष्ठज्यू, वडा नं. ४ का अध्यक्ष श्री बाल कृष्ण श्रेष्ठज्यू, नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरका सभापति श्री परशुराम पाण्डेज्यू लगायत नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर उपशाखाका पूर्व सभापतिज्यूहरु, वर्तमान कार्यसमिति पदाधिकारीज्यूहरु तथा आजिवन सदस्यज्यूहरुको बाक्लो उपस्थिती रहेको थियो साथै उक्त भिते पत्रिकामा शुभ कामना विज्ञापन दिनुहुने सम्पूर्ण महानुभावहरुमा स-धन्यवाद ज्ञापन गरिएको थियो । साथै उक्त कार्यक्रममा प्राथमिक उपचार तालिममा सहभागी प्रशिक्षार्थीहरुलाई प्रमाण-पत्र पनि वितरण गरिएको थियो ।

१२) प्राथमिक उपचार शिविर :

मध्यपुर थिमिको ऐतिहासिक बिस्काः जात्रामा यस उपशाखाद्वारा हरेक बर्ष निःशुल्क प्राथमिक उपचार शिविर संचालन गरिदै आएका छौं । उक्त शिविर हरुमा नेपाल कोरिया मैत्री नगरपालिका अस्पताल, मध्यपुर अस्पताल, बालकुमारी हेल्थ पोष्ट र नागरिक अस्पताल, आरोग्य अस्पताल, भक्तपुर ईन्टरनास्नल अस्पतालका प्रविधिक टोली, कार्यसमिति तथा समिति, उप-समितिका पदमधिकारी तथा स्वयंसेवकहरु सक्रिय सहभागी रहेको थियो । उक्त शिविरहरु उपशाखा कार्यालय बालकुमारी , दथुटोल दुई पोखरी, दिगुटोल, सिद्धिकाली मन्दिर लगायत तथा मोबाईल टोली मार्फत विभिन्न स्थानहरुमा संचालन गरिएको थियो ।

१३) विश्व रेडक्रस दिवस :

यस उपशाखाले १६१ औं विश्व रेडक्रस दिवसको उपलक्ष्यमा स्थानिय बालकुमारी मन्दिर प्रङ्गाणमा खुल्ला रक्तदान कार्यक्रम तथा उपशाखा कार्यालयमा दिपावली गरि मनाएका थियो । उक्त कार्यक्रममा कार्यसमिति तथा समिति , उप-समितिका पदाधिकारी सहित रेडक्रस स्वयंसेवकहरुको उपस्थिती रहेको थियो ।

१४) जुनियर/युवा रेडक्रस सर्कल गठन तथा पुन गठन :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा अन्तरगतका जुनियर/युवा रेडक्रस सर्कलका गठन तथा पुन गठन युवा उप-समिति मार्फत बार्षिक रुपमा पुन गठन गरिदै आएको छ ।

१५) बार्षिक समिक्षा :

आर्थिक बर्ष २०८०/८१ मा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले गरिएका कार्यक्रम, तालिम, मानवीय स्वयंसवा कार्यको प्रभाव स्थानिय समाजमा कतिको प्रभावकारी भुमिका रह्यो भन्ने उद्देश्यले मिति २०८१ असार ७ बार्षिक समिक्षा बैठक बसियो । सो बैठकबाट नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले आफ्नो जिम्मेवारीलाई उत्कृत रुपमा संचालन गरि सोको फल स्वरुप भक्तपुर जिल्लाको उत्कृष्ट उपशाखाको रुपमा सम्मानित गरिएको समिक्षा गरिएको थियो । सो कार्यक्रममा सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठज्यू, सचिव जीबन श्रेष्ठज्यू तथा कोषध्यक्ष काशीभक्त कायष्ठज्यूले बार्षिक प्रतिवेदन पेश गर्नु भएको थियो ।

१६) बार्षिक योजना तथा बजेट विनियोजन :

आर्थिक बर्ष २०८१/८२ को लागि नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखालाइ जनमुखी अभियान सहितको कार्यक्रम संचालन गर्न मिति २०८१ असार १४ गतेको दिन उपशाखाको बार्षिक कार्यक्रम योजना तथा बजेट तर्जूमा गरिएको थियो । सो कार्यक्रममा सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठज्यू, सचिव जीबन श्रेष्ठज्यू तथा कोषध्यक्ष काशीभक्त कायष्ठज्यूले प्रतिवेदन पेश गर्नु भएको थियो । साथै सो प्रतिवेदनहरुमा व्यापक छलफल गरि पूर्व सभापति ज्यूहरुको अमूल्य सुझावहरु सहित तपशिल अनुसार को उपशाखाको बार्षिक कार्यक्रम योजना तथा बजेट तर्जूमा गरिएको थियो ।

१७) स्थापना दिवस :

मिति २०८० साउन २९ गतेका दिन यस नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको २७ औं स्थापना दिवस सभ्यभव्य रुपमा तपसिल कार्यक्रमहरु संचालन गरि सम्पन्न भयो । साथै उक्त कार्यक्रममा उपशाखाका सम्पूर्ण पदाधिकारी तथा समिति-उपसमितिका पदाधिकारीहरु सहित आजिवन सदस्यज्यूहरुको उपस्थितिमा बालकुमारी मन्दिर प्राङ्गणमा दिप प्रज्वलन समेत गरि मनाएको थियो ।

क) रक्तदान कार्यक्रम :

मिति २०८१ साउन १९ गते का दिन नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको २७ औं स्थापना दिवसको उपलक्ष्यमा शंखधरचोकमा खुल्ला रक्तदान कार्यक्रम आयोजना गरिएको थियो । उक्त रक्तदान कार्यक्रममा लायन्स क्लव अफ मध्यपुर थिमि शंखधरका पदाधिकारीहरु सहित उपशाखाका पदाधिकारी तथा सदस्यहरुको उपस्थिति रहेको थियो ।

ख) सरसफाई कार्यक्रम :

मिति २०८१ साउन २७ गते का दिन नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको २७ औं स्थापना दिवसको उपलक्ष्यमा शंखधरचोक स्थित वनदेवी परिसरमा सरसफाई कार्यक्रम गरिएका थियौं । उक्त कार्यक्रममा बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायी वन उपभोता समितिका पदाधिकारीज्यूहरु सहित उपशाखाका पदाधिकारी तथा सदस्यहरुको उपस्थिती रहेको थियो ।

ग) वृक्षारोपण कार्यक्रम :

मिति २०८१ साउन २७ गते का दिन नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको २७ औं

स्थापना दिवसको उपलक्ष्यमा बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायी वन उपभोक्ता समितिको समन्वयमा दुनेंमा वृक्षारोपण कार्यक्रम गरिएको थियो । उक्त कार्यक्रममा बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायी वन उपभोता समितिका पदाधिकारीज्यूहरु सहित उपशाखाका पदाधिकारी तथा आजिवन सदस्यहरुको उपस्थिती रहेको थियो ।

घ) प्रमाण-पत्र वितरण तथा सम्मान कार्यक्रम :

मिति २०८१ साउन २९ गते का दिन नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको २७ औं स्थापना दिवसको उपलक्ष्यमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको लागि आर्थिक/भौतिक सहयोग गर्ने महानुभावहरु तथा स्वंयम सेवकहरुलाई प्रशंसा-पत्र वितरण तथा सम्मान कार्यक्रम उपशाखाका सभापति बाबुकाजी श्रेष्ठज्यूको सभापतित्वमा प्रमुख अतिथि मध्यपुर थिमि नगर पालिकाका प्रमुख श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यूले प्रमाण-पत्र तथा सम्मान-पत्र वितरण गर्नुभएको थियो । उक्त कार्यक्रममा नेपाल रेडक्र सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको लागि चन्दादाता श्री कान्छा ध्वों श्रेष्ठ तथा तेज लक्ष्मी ध्वों श्रेष्ठज्यूले संयुक्त रुपमा एउटा टेष्ट तथा नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरका पूर्व कोषाध्यक्ष एवं एशेष्कर सदस्य श्री गोविन्द गोजा श्रेष्ठज्यूले एउटा स्टेचर समेत हस्तान्तरण गरिएको थियो साथै नेरेसो मध्यपुर थिमि उपशाखाको भवन निर्माणार्थ रासस फोटोपत्रकार श्री रत्न कृष्ण फसी श्रेष्ठज्यूले सुरुवाती रु. २५०००/-को चेक समेत हस्तान्तरण गर्नुभएको थियो र बिभिन्न चन्दादाता महानुभावहरुले पनि भवन निर्माणार्थ सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्तगनुभएको थियो। उक्त कार्यक्रममा प्रमुख अतिथिको रुपमा मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका प्रमुख श्री सुरेन्द्र श्रेष्ठज्यू, बिशेष अतिथि मध्यपुर थिमि नगरपालिकाका उपप्रमुख श्री विजय कृष्ण श्रेष्ठज्यू, नेरेसाका केन्द्रिय उप-महामन्त्री श्री मनोज कुमार थापाज्यू, नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरका सभापति श्री परशुराम पाण्डेज्यू लगायत पदाधिकारीज्यूहरु, उपशाखाका पदाधिकारीज्यूहरु सहित आजिवन सदस्यहरु, पत्रकार साथीहरु, रेडक्रसका शुभचिन्तकज्यूहरुको बाक्लो उपस्थिती रहेको थियो ।

१८) ६२ औं नेपाल रेडक्रस दिवस :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको स्थापना दिवसको रुपमा हरेक बर्ष उपशाखा कार्यालयमा रेडक्रसका जन्मदाता जाँ हेनरी ड्युनाको तस्बिरमा माल्यार्पण सहित दिपावली गरि मनाउदै आएको छ । उक्त कार्यक्रममा नेरेसो जिल्ला शखा भक्तपुरमा उपमन्त्री तुईलाल श्रेष्ठज्यू प्रमुख आतिथ्यतामा उपशाखा पदाधिकारीज्यूहरु सहित उप समितिका पदाधिकारी तथा स्वयंसेवकहरुको उपस्थितमा उपशाखाको भवन निर्माण सम्बन्धित अन्तर क्रिया कार्यक्रम गरिएको थियो ।

१९) शववाहन पूजा :

विजया दशमीको उपलक्षयमा यस उपशाखाद्वारा संचालित शववहानको हरेक बर्ष विधिवद पुजा सम्पन्न गरियो । उक्त कार्यक्रममा उपशाखाका पदाधिकारीज्यूहरुसहित उप समितिका पदाधिकारी तथा स्वयंसेवकहरुको उपस्थित रहेको थियो । साथै उक्त दिन बडा दशैं , ने.सं. ११४५, दिपावली तथा छट पर्वको उपलक्ष्यमा शुभकामना आदान प्रदान तथा चियापा कार्यक्रमको समेत आयोजना गरिएको थियो ।

२०) उप-समिति अन्तरगत कार्यक्रम :

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा अन्तरगतका कार्यक्रम उप-समिति मार्फत उप-समितिका संयोजक कन्यामन्दिर प्रजापतिको संयोजकत्वमा तपशिल संघ/संस्थाहरुसँग समन्वय गरि तपशिल कार्यक्रमहरु सम्पन्न गरिएको थियो ।

- मिति २०८१ साउन ५ गते युवा क्लव संजाल वडा नं. ७ सँग रक्तदान कार्यक्रम
- मिति २०८१ साउन १९ गते लायन्स क्लव अफ मध्यपुर थिमि शंखधरसँग रक्तदान कार्यक्रम

- मिति २०८१ असोज १२ गते ओम बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.सँग रक्तदान कार्यक्रम
- मिति २०८१ असोज १५ गते आकस्मिक रक्तदान कार्यक्रम
- मिति २०८१ कार्तिक १० गते लायन्स क्लव अफ मध्यपुर थिमि शंखधर तथा लायन्स क्लव अफ भक्तपुर फर्मेसीसँग रक्तदान कार्यक्रम

२१) राहत सहयोग :

मिति २०८१ असोज १२ गतेको अत्याधिक बर्षाको कारण बाढी पहिरोमा परेका पीडितहरुलाई तपसिल राहत सहयोग गरियो ।

- कुण्डोलमा घर भट्केका - त्रिपाल २ बटा
- यमाटोल पहिरो - प्लास्टिक २ वटा
- निकोसेरा बाढी पिडित - लताकपडा सहित घरायसी सामग्री १ सेट

२२) नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुर, स्थानिस सरकार तथा विभिन्न संघ-संस्थाद्वारा आयोजित कार्यक्रमहरुमा सक्रिय सहभागीता जनाउदै आईरहेको जानकारी गराउदै तपशिल कार्यक्रमहरुमा तपसिल महानुभावहरुको गरिमामय उपस्थिति रहेको कुरा अवगत गराउन चाहन्छौं ।

- नेरेसो जिल्ला शाखा भक्तपुरद्धारा आयोजित कार्यक्रमहरुमा सक्रिय सहभागीता ।
- स्थानिस सरकार तथा विभिन्न संघ-संस्थाद्वारा आयोजित कार्यक्रमहरुमा सक्रिय सहभागीता रहेका थियौं ।

साथै संस्थाले हरेक बर्षको लागि तपसिल कार्यक्रम मार्फत संस्थाको प्रर्वदन तथा स्थानिय जनसमुदायको सेवा गर्ने जमर्को गरेका छौं ।

२३) नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाले लिएका रणनीतिहरु :

- सोसाइटीको नियमित बैठक प्रत्येक महिनाको अन्तिम शुक्रबार हुनेछ ।
- दीर्घकालीन योजना तथा वार्षिक कार्ययोजना तयार गरी कार्यान्वयन गर्ने ।
- विभिन्न उपसमितिहरु गठन गरी उपशाखालाई क्रियाशील बनाइने ।
- सोसाइटीको लागि आकस्मिक बैठक तथा आकस्मिक योजना तयार गरिने ।
- स्थानिय सरकार तथा विभिन्न संघ/संस्थाहरुसँग समन्वय गरी कार्यक्रमहरु गरिने ।
- माथिल्लो निकायबाट संचालन हुने स्थानिय तथा राष्ट्रियस्तरको कार्यक्रमहरु आतिथ्यता गरिने तथा सहभागी हुने ।
- समय सापेक्ष रेडक्रस तालिम गर्ने तथा तालिममा पठाउने र शाखा अवलोकन भ्रमण गरिने ।

अन्तमा, नेपाल सम्वत् ११४५, शुभ-दिपावली तथा छट पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुको सुख-शान्ती, समृद्धि तथा सु-स्वास्थ्यको कामना सहित पुन: एक पटक "रेडक्रस अभियानमा लागौं, विपत्तिमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं" मानविय भावनाका साथ अगाडी बढौं, मानव कल्यानमा सेवारत रहौं । यहिँ आग्रहका साथ जय रेडक्रस ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

भिम श्रेष्ठ
प्रोप्राइटर

भिम पूजा सामाग्री पसल

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोन: ९८४०४७९१००, ९८०३४६३८८०

यहाँ विवाह, ब्रतवन्ध, नवग्रह, रुद्री, हवन, घरपूजा, अन्नप्राशन स्ता शुभकार्यको पूजा सामग्री सुपथ मूल्यमा पाइन्छ ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

आजीवन सदस्यहरुको नामावली

सि.नं.	सदस्यता नं.	नाम, थर	ठेगाना	फोन नं.
१	१	बाबुकाजी सा:छैं श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, वामुने	९८४१२२३०३३
२	२	तुईलाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, तछुटोल	९८४१३६०३१०
३	३	देवेन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ६, बाहाखाबजार	
४	४	सुरजविक्रम प्रजापति	मध्यपुर थिमि - ६, चपाचो	
५	५	विष्णुबहादुर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गट्ठाघर	९८५११०९७८८
६	६	सुरेन्द्रविक्रम प्रजापति	मध्यपुर थिमि - ६, चपाचो	९८५१२२३१५४
७	७	नरगोविन्द शंखदेव	मध्यपुर थिमि - ६, बाहाखाबजार	९८५११०६६८६
८	८	ज्ञानदेव श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१४३२२९४
९	९	मदनकाजी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि- ४, शंखधरचोक	९८४१२९७८७६
१०	१०	श्याम खम्बु	मध्यपुर थिमि - ८, बोडे	
११	११	भागवत श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गट्ठाघर	
१२	१२	भरत श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, बालकुमारी	९८४१४७७३६५
१३	१३	पूर्णचन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, चोडे टोल	९८४९१२८७५२
१४	१४	दुर्गामोहन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गट्ठाघर	९८४१२८५७२२
१५	१५	चन्द्रभक्त श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, सिभाटोल	९८४१३७१४१८
१६	१६	बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१२३७८४४
१७	१७	जगदिश्वर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८४१३९४८५७
१८	१८	तुईलाल कायष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, तछुटोल	९८१३४६१०८४
१९	१९	कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, तछुटोल	९८४१६९१२७१
२०	२०	पञ्चकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१३७७४७६
२१	२१	भुवनचरण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१९४७५६६
२२	२२	गंगादास श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	१५०३९३७३

२३	२३	ज्ञानकृष्ण च्वामु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, तछुटोल	९८५१०४३७९९
२४	२४	विष्णुभक्त साहु श्रेष्ठ	सू.न.पा. - ४, दक्षिणबाराही	९८६३०२५७४०
२५	२५	गोविन्दकृष्ण गोजा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८४१२५७६०६
२६	२७	सूर्यकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८४१४००५५०
२७	२८	रोशन लाखे श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, बप्पा टोल	९८४१४७७६४२
२८	२९	बालकृष्ण खत्री श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ८, बोडे	९८४१०९८८४६
२९	३०	तुल्सीभक्त फसी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, चखु मार्ग	९८४१३९५१६१
३०	३१	प्रकाशमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, चोडे टोल	९८४१६१००४२
३१	३२	हरि श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, लाछि टोल	९८४१६९१९६२
३२	३३	देवकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गट्ठाघर	९८४००७६१४९
३३	३४	कुमार श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८५१०९२७४४
३४	३५	जीवनलाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८४१२०८२९०
३५	३६	राजेन्द्रमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गट्ठाघर	९८५१०८२०८०
३६	३७	हिरामान शंखदेव	मध्यपुर थिमि - ५, भुलाँखेल	९८५१०७३१३७
३७	३८	मदनकृष्ण नवाछेँ श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गट्ठाघर	९८५१००१८१८
३८	३९	शिवकृष्ण का: श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८५१००२९६६
३९	४०	बुद्धिकुमार घो	मध्यपुर थिमि - ८, बोडे	९८४१३५८७७१
४०	४२	शिवराम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१२९९५३५
४१	४३	केदारनाथ ध्वाँ श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि – ४, वामुने टोल	९८४१४३०८९९
४२	४४	मदनकाजी साँय् श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक	९८४१२६८६६१
४३	४५	पुष्परत्न रंजितकार	मध्यपुर थिमि - ३, चारदोबाटो	९८५१२००६१३
४४	४६	रमेश उखा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१२५७३३८
४५	४७	कविदास श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ८, बोडे	९८५१०३५८७०
४६	४८	श्यामचन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, तछुटोल	९८०३०४६०१३
४७	४९	भुवनेश्वरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८४०८५३६६६
४८	५०	श्यामबहादुर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, मरुटोल	९८४१३६८५३३
४९	५१	सूर्यभक्त श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, सिभाटोल	९८४१३६९४७९
५०	५३	बाबुकाजी नवछेँ, श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८५११८७५०१

५१	५४	विजय जगुलु, श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८४१२७१९२१
५२	५५	हरिबहादुर पांगु, श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, चारदोबाटो	९८४१४१८५२०
५३	५६	पुण्यरत्न रंजित	मध्यपुर थिमि - ३, चारदोबाटो	९८४१३२८९७७
५४	५७	मोहनमान साँय् श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८१३६०१७०१
५५	५९	गोपाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८४१३००२६२
५६	६०	नागेश्वर ज्ञवाली	मध्यपुर थिमि - २, सानोठिमी	
५७	६२	नारायणप्रसाद भुसाल	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	
५८	६३	जगतबहादुर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८५१११४४००
५९	६४	विकासराज राजउपाध्याय	मध्यपुर थिमि - ५, ताहननी	९८४१३६४३३३
६०	६५	पूर्णहरि साहु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, दिगुटोल	९८४१२४८४१६
६१	६७	विन्दुराम सा:छैं श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८४१५६७२३०
६२	६८	श्रीमती विजयालक्ष्मी गोजा श्रे	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	६६३१२६४
६३	६९	जगदिश गोजा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	६६३१२६४
६४	७०	श्रीमती ज्ञानलक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	६६३२०४६
६५	७१	मदनसुन्दर जगुलु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८५१०९२८८७
६६	७२	काशीभक्त कायष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८५१०७१६३७
६७	७३	उषा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गङ्गाघर	६६३२१२३
६८	७४	चन्दनकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, शंखधरचोक	९८५१०६३७८२
६९	७५	दिकेश बज्राचार्य,	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८४१३७५८३८
७०	७६	रत्नकृष्ण फ:सी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, चारदोबाटो	९८४१३७५८७९
७१	७७	बाबुकृष्ण छुँ श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, चोडे टोल	९८४१३६३९०१
७२	७८	अभयन्द्र रंजित	मध्यपुर थिमि - ४, दुईपोखरी	९८४१३१०५०२
७३	७९	चन्दा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि–४,	
७४	८०	धर्मबहादुर श्रेष्ठ	सू.न.पा. - ४, दक्षिणबाराही	९८४१२०६८३३
७५	८१	राजेश जगुलु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८५१०५९४१७
७६	८२	जगतबहादुर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गङ्गाघर	९८५१११४४००

७७	८३	तीर्थकुमार प्रजापति	मध्यपुर थिमि – ७, नगदेश	
७८	८४	नानु चक्रधर	मध्यपुर थिमि – ६, चपाचो	१६६३०४६९
७९	८५	शारदा प्रजापति	मध्यपुर थिमि - ५, दिगुटोल	१६६३१९३१
८०	८६	सुमन तिका श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, चोडे टोल	९८५१२०३१८१
८१	८७	बाबुकृष्ण रंजित	मध्यपुर थिमि - ५, ताहननी	९८४१२५७४९५
८२	८८	ऋषिकेश मैनाली	मध्यपुर थिमि - ३, गङ्गाघर	
८३	८९	पद्मा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८५१०४१८४५
८४	९०	कमलशोभा कायष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, तछुटोल	९८४१२८५०८०
८५	९१	रवीन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	
८६	९२	दिलकृष्ण प्रजापति	मध्यपुर थिमि - ६, चपाचो	९८४१२५७७६२
८७	९३	बालकृष्ण बाटा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ८, बोडे	
८८	९४	ओमहरि थापा	काठमाडौं, गोठाटार	
८९	९५	श्यामकृष्ण पात्या श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१२४१५८०
९०	९६	राजेन्द्र गलु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, चोडे टोल	९८४१२९९४८८
९१	९७	श्रीराम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, दथुटोल	९८४१३४०५१०
९२	९८	सुनिल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, वामुने	९८४१३७५८८१
९३	९९	रमेश प्रजापति	मध्यपुर थिमि - ५, ताहननी	९८५१२२४८९८
९४	१००	पूर्णसुन्दर गलु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, सिभाटोल	९८५१०३८६२२
९५	१०१	प्रदीप चक्रधर	मध्यपुर थिमि - ६, चपाचो	
९६	१०२	विशालचन्द्र काफ्ले	मध्यपुर थिमि-३	९७४१०१८८५०
९७	१०३	लजना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, लाछि टोल	९८४१३९५००२
९८	१०४	अर्जेन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	९८४१०४०४५६
९९	१०५	पूर्णकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ३, गङ्गाघर	९८५१०९६३६४
१००	१०६	लक्ष्मीकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ५, चोडे टोल	९८४५८८६६७८
१०१	१०७	दिपेन्द्र बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४	९८४१२१२७५९
१०२	१०८	तुल्सीराम सा:छैं श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१४०११५२

१०३	१०९	लुजः श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, लाछि टोल	
१०४	११०	रामकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
१०५	१११	पूर्णकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१६७०३२१
१०६	११२	एलिना बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४	
१०७	११३	आस्था आचार्य	मध्यपुर थिमि-२	
१०८	११४	सुरेन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-९	
१०९	११५	धर्मकृष्ण गोजा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१२७१५०४
११०	११६	मनमोहन भट्टराई	मध्यपुर थिमि-२	
१११	११७	लावन्यवती	मध्यपुर थिमि - १, लोहन्थली	१६६३४३५५
११२	११८	रिया श्रेष्ठ	काठमाडौं	
११३	११९	डा. उपेन्द्रमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि - ४, इनाय टोल	
११४	१२०	रमेश प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५	९८०३२०२७५२
११५	१२१	सिल्भिया बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि- ४, दथुटोल	
११६	१२२	लिना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३	९८४१८५०९२७
११७	१२३	सुरेशचरण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३	९८५११५४३८०
११८	१२४	रञ्जन प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५, ब्रम्हननी, चपाचो	९८५११७७०६१
११९	१२५	दिना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
१२०	१२६	राकेश बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४	
१२१	१२७	विन्दुराम साहु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दिगुटोल	९८४१३७७२९७
१२२	१२८	दिपेन्द्र प्रसाद उप्रेती	का.जि. बानेश्वर	
१२३	१२९	प्रकाश नवाछेँ श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८५१०३४७१०
१२४	१३०	जीवन ध्वौं श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८०११८११०२
१२५	१३१	वीणा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१४८८२१३
१२६	१३२	उज्वल गोजा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१८२७३१५
१२७	१३३	उज्वल कर्माचार्य	मध्यपुर थिमि-५	९८४१९०४१२८
१२८	१३४	रत्नकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	

१२९	१३५	निर्मला थापा	मध्यपुर थिमि-७	
१३०	१३६	राजु जोशी	मध्यपुर थिमि-४	
१३१	१३७	डा. गोपालमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८१८७०९७२३
१३२	१३८	निर्मला थापा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६	
१३३	१३९	अरुण चित्रकार	मध्यपुर थिमि-६	
१३४	१४०	प्रमिसा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६	
१३५	१४१	श्रीगोपाल प्रजापति	मध्यपुर थिमि-७	
१३६	१४२	तुल्सीराम दा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९७६१०३३५४०
१३७	१४३	लक्ष्मण श्रेष्ठ	का.म.न.पा., सिनामंगल-९	
१३८	१४४	गायत्री कुमारी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, ताहाननी	९८६६४४३३४४
१३९	१४५	प्रचण्डकुमार श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१६९१९६४
१४०	१४६	रोजिना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१०४५०६०
१४१	१४७	सुरेश थापा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६	९८५१०४२८३३
१४२	१४८	मणिरञ्जन थापा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६	
१४३	१४९	सचिन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
१४४	१५०	प्रविना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	९८४१०९९७५५
१४५	१५१	विवेक श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
१४६	१५२	सुभाष अधिकारी	बालकोट-८	
१४७	१५३	सुजाता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१२३०७८३
१४८	१५४	नविन ध्वौं श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	
१४९	१५५	राजेन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८५१०२९३५८
१५०	१५६	हरिदास प्रजापति	मध्यपुर थिमि-६	९८५१०२९३५८
१५१	१५७	जीवनहरि साहु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३	९८४१३००२०४
१५२	१५८	शैलेस श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४३०४९०७०
१५३	१५९	श्रीराम चक्रधर	मध्यपुर थिमि-६	९८४१७५५२२७
१५४	१६०	जगतकृष्ण फ:सी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गट्ठाघर	९८५१०४५३९७

१५५	१६१	सुमित श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८५१०४४९८२
१५६	१६२	तिर्थमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	९८४१५४४६२
१५७	१६३	डा. प्रमोद भट्ट	मध्यपुर थिमि-५, ब्राइटर	९८४१२०००६८
१५८	१६४	चन्द्रकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८५१०८४१५६
१५९	१६५	सूर्यबहादुर बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४, गङ्गाघर	९८४१८३३५३५
१६०	१६६	सविना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८५१०४६०८१
१६१	१६७	चन्दन रंजित	मध्यपुर थिमि-४	
१६२	१६८	प्रिन्सकेशर लामिछाने	हेटौडा, मकवानपुर	
१६३	१६९	तुल्सीभक्त होना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१६८७२०६
१६४	१७०	मंगलप्रसाद श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४१८६८५५८
१६५	१७१	गणेशमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८५११४१०६०
१६६	१७२	कान्छी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	
१६७	१७३	कन्या मन्दिर प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५, ब्रम्हननी, चपाचो	९८४१९१२१९१
१६८	१७४	हरि श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८४१६९१९६२
१६९	१७५	ज्ञानी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८५११८९२५९
१७०	१७६	अनिल शंखदेव	मध्यपुर थिमि-५, भुलांखेल	९८४१७३६३२९
१७१	१७७	बद्धिमान फ:सी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८५११९३१४१
१७२	१७८	दिपम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१३५०२४९
१७३	१७९	धर्मकृष्ण टिका श्रेष्ठ	मकवानपुर, हटौडा-१०	
१७४	१८०	विकेन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८०३०३३४७१
१७५	१८१	प्रदिप जामन: श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१३६१६५४
१७६	१८२	हरिकृष्ण सापकोटा	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८५१०३०६९३
१७७	१८३	मैंया नापित	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८१८६२८१०१
१७८	१८४	नानी मैंया नकर्मी	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	
१७९	१८५	सरस्वती श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८४१५२६४९०
१८०	१८६	लक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	

१८१	१८७	लक्ष्मी चितुवा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४१०९५७०४
१८२	१८८	दिललक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	१६६३८७१५
१८३	१८९	कृष्णलक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	
१८४	१९०	चन्द्रलक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४३२२७५४६
१८५	१९१	अभिलाषा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	
१८६	१९२	रामकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, सुँगाटोल	९८४१७६४५३२
१८७	१९३	पूर्णकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८६१२८६५४४
१८८	१९४	कृष्णमाया कायस्थ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४०३२७०६६
१८९	१९५	ईश्वरलाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४१४६२६०२
१९०	१९६	बुद्धलक्ष्मी बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	६६३३४९७
१९१	१९७	प्रतिक्षा कार्की	मध्यपुर थिमि, कार्कीगाउँ	
१९२	१९८	ज्ञानशोभा बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	९८४९०४२७०४
१९३	१९९	मैया छोरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	
१९४	२००	रामसुन्दर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१४०४६२५
१९५	२०१	रुपा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	
१९६	२०२	सुसन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८५११६६३१०
१९७	२०३	सुमन दुगु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, सिभाटोल	९८४१२५७६७९
१९८	२०४	जस्मिन सैंजु	भक्तपुर, नासमना	
१९९	२०५	श्याम सुन्दर यमा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, यमाटोल	९८४१२७२४२८
२००	२०७	गणेशमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४९५५६५१३
२०१	२०८	राजीवकुमार चौधरी	कल्याणपुर, सप्तरी	
२०२	२०९	कविर जोशी	काठमाडौं, टंगाल	
२०३	२१०	सुचित्रा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६, चपाचो	
२०४	२११	तुल्सीभक्त श्रेष्ठ,	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	
२०५	२१२	चन्द्रकृष्ण बसी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४१७८२४८३
२०६	२१३	लक्ष्मण नापित	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८०३९९१९६०

२०७	२१४	सुरेन प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५, ताहाननी	
२०८	२१५	राजेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	
२०९	२१६	लक्ष्मीकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	
२१०	२१७	रजनी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८६६६६१२६६
२११	२१८	रत्नमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८६०३०६६१०
२१२	२१९	पृथ्वीराम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दुईपोखरी	९८४१२३८९९९
२१३	२२०	रोशन बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४१२८५४७२
२१४	२२१	हरिकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, दुईपोखरी	
२१५	२२२	रमेश कैटी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६, भुलांखेल	
२१६	२२३	सहन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	
२१७	२२४	शोभा खत्री	सिन्धुपाल्चोक	
२१८	२२५	विप्लवी सापकोटा	रामेछाप	
२१९	२२६	सजना बट्ट	मध्यपुर थिमि-२, लोकहन्थली	
२२०	२२७	रिता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-७, बाहाखा बजार	
२२१	२२८	सुविन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	
२२२	२२९	कमल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	९८१०२४१७१०
२२३	२३०	कृपेश विष्ट	मध्यपुर थिमि-२, लोकहन्थली	
२२४	२३१	तुल्सीभक्त लामा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	
२२५	१३२	रमेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	
२२६	२३३	रज्नेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	
२२७	२३४	सुवासचरण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४१४९५०५६
२२८	२३५	लक्ष्मीदेवी प्याठ	मध्यपुर थिमि-५, दिगुटोल	
२२९	२३६	कृष्णहरि चक्रधर	मध्यपुर थिमि-६, चपाचो	
२३०	२३७	सुशिला श्रेष्ठ	मध्यपर थिमि-६, भुलांखेल	९८४९३७४९३०
२३१	२३८	सन्ध्या थापा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
२३२	२३९	यशिमन सैंजु	भक्तपुर, नासमना	

२३३	२४०	संगिता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१३५८०९५
२३४	२४१	सजनी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४३०५४३९३
२३५	२४२	विष्णु लाखे श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८४१४३१८०२
२३६	२४३	राम प्रसाद न्यौपाने	मध्यपुर थिमि-६, बाहाखा बजार	९८४१४६७५४७
२३७	२४४	रत्नमान शंखदेव	मध्यपुर थिमि-६, भुलांखेल	९८५११९८५९२
२३८	२४५	समिता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-६, चपाचो	
२३९	२४६	श्यामकाजी पमा: श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८४१५५५०५२
२४०	२४७	रचना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१०४९८२६
२४१	२४८	सुशिला साहु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	९८४१६१८१४६
२४२	२४९	केदारलक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१७५७२८७
२४३	२५१	प्रलिना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४३०६८३८८
२४४	२५२	प्रलिन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४३४६८७५१
२४५	२५३	दुर्गादेवी देवकोटा	मध्यपुर थिमि	
२४६	२५४	रामकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	
२४७	२५५	राजु हाडा	मध्यपुर थिमि-४	
२४८	२५६	नजरमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	९८४११८३३३१
२४९	२५७	किरण बन्जारा	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर	
२५०	२५९	तिमिला श्रेष्ठ	मध्पुर थिमि-४, दथुटोल	
२५१	२६०	योगेश बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४१०९६२१८
२५२	२६१	प्रभात श्रेष्ठ	बालकोट-९, भक्तपुर	
२५३	२६२	रोजी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि- ४	
२५४	२६३	राजेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, गठाघर	९८४१५६३७२३
२५५	२६४	सुदिन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८५११९७८७९
२५६	२६५	रुबि श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८५११९७८७९
२५७	२६६	रोजी चक्रधर	मध्यपुर थिमि-६	
२५८	२६७	प्रबिन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	९८४९८९५७३०

२५९	२६८	महेन्द्र कुमार जोशी	मध्यपुर थिमि-३, गठ्ठाघर	९८४१२७१७४५
२६०	२६९	देशान्त श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	
२६१	२७०	चरण केशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१४९५००२
२६२	२७१	कृष्णकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४९१२८७३१
२६३	२७२	साधिका श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४९९४४१२२
२६४	२७३	केशवचरण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८४३१५८३३२
२६५	२७४	रोजना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८०३०८५३७७
२६६	२७५	प्रेमकाजी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, चोडेटोल	९८४१४३०९८८
२६७	२७६	पद्मकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, चोडेटोल	९८४१०४२७८८
२६८	२७७	सजनी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, चोडेटोल	९८४३०५४३९३
२६९	२७८	रामकेशरी प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५, चपाचो	
२७०	२७९	सुशिला श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, भुलांखेल	९८४९३७४९३०
२७१	२८०	प्रतिमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, चोडेटोल	९८४१५६५०४०
२७२	२८१	तुल्सीकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८४१२९९३४९
२७३	२८२	सागर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, भुलांखेल	९८६०११४३४०
२७४	२८३	स्वस्ती प्याकुरेल	मध्यपुर थिमि-३, गठ्ठाघर	
२७५	२८४	बालकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१५०३०२८
२७६	२८५	सुलभ प्याकुरेल	मध्यपुर थिमि-३, गठ्ठाघर	
२७७	२८६	मुकुन्दकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, हातिमहाँकाल	९८४१४८८४०३
२७८	२८७	शोभा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गठ्ठाघर	९८४१९४७७३५
२७९	२८८	सरिता खड्गी शाही	मध्यपुर थिमि-३, गठ्ठाघर	
२८०	२८९	गणेशकुमार पोखरेल	मध्यपुर थिमि-२, कौशल्टार	
२८१	२९०	प्रतिकबाबु पोखरेल	मध्यपुर थिमि-२, कौशल्टार	
२८२	२९१	डा. सुरेन्द्रकुमार श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, काठमाडौं	९८५१०७९७५३
२८३	२९२	विष्णुप्रसाद बास्तोला	मध्यपुर थिमि-२, लोकहन्थली	
२८४	२९३	मुना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गठ्ठाघर	९८४१९६२६८८

२८५	२९४	परशुराम राई	मध्यपुर थिमि-६, बाहाखा बजार	९८४१४०५७९३
२८६	२९५	रमेश प्रजापति	मध्यपुर थिमि-६	९८५१२२४८९८
२८७	२९६	लक्ष्मी नापित	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८१८६४८१०१
२८८	२९७	पूर्णकेशरी नापित	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१९०९१०३
२८९	२९८	विमला श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, खय्गु	९८४१७१९६०६
२९०	२९९	राधिका श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८६११७७५५५
२९१	३००	राजेश राजबहाक	मध्यपुर थिमि-६	
२९२	३०१	उमेश कैटी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, पोबू	९८४९१७०२५६
२९३	३०२	निकेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
२९४	३०३	प्रविणराज जोशी	मध्यपुर थिमि-३, गङ्घाघर	९८४१५५११७५
२९५	३०४	अमर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५	
२९६	३०५	सुवर्णकेशरी श्रेष्ठ	बसुन्धारा, काठमाडौं	९८४१५८७९०२
२९७	३०६	प्रेरणा श्रेष्ठ जगुलु	भक्तपुर	९८४१९४०९५५
२९८	३०७	रमेशकुमार श्रेष्ठ	इन्द्रचोक, काठमाडौं	
२९९	३०८	सुरेन्द्र किलंन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, ताहाननी	९८४१५८५५५६
३००	३०९	उत्तमकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५	९८११०८०९५
३०१	३१०	प्रेमबहादुर कार्की	मध्यपुर थिमि-२, रामनगर	
३०२	३११	सुन्दरलाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१४८८२८०
३०३	३१२	कान्छीमाया श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८६३०२४५२५
३०४	३१३	प्रविन जयना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-८, बोडे	
३०५	३१४	सृजना त्वाति श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-१, सानोठिमी	
३०६	३१५	ऋतु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
३०७	३१६	दिलिपकुमार श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९७६१०८७०५०
३०८	३१७	सरोजकुमार श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, चोडेटोल	९८४१२७५१७०
३०९	३१८	मुकुन्दप्रसाद श्रेष्ठ	काठमाडौं	९।८४१३[illegible]१०
३१०	३१९	कान्छी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	

३११	३२०	लक्ष्मीकेशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४३८७२८२८
३१२	३२१	रोशनी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-८, बोडे	
३१३	३२२	सुष्मा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-७, बाहाखा बजार	
३१४	३२३	रजिसा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-७, बाहाखा बजार	
३१५	३२४	गंगा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-७, बाहाखा बजार	९८६०११४३३९
३१६	३२५	संजिप श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-७, बाहाखा बजार	
३१७	३२६	अनिता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-७, बाहाखा बजार	
३१८	३२७	रुबी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	
३१९	३२८	राजेश प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५	९८४९४२६५५२
३२०	३२९	सायर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८६१२०७६६७
३२१	३३०	सुस्मा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४ दथुटोल	९८०३५९७४६३
३२२	३३१	ओमा कुमारी कार्की	सुर्यविनायक-४	९८०३२७६१००
३२३	३३२	ईन्द्र कृष्ण श्रेष्ठ	भक्तपुर	९८४१४२१७०७
३२४	३३३	श्रृजना श्रेष्ठ	भक्तपुर	९८१३१८३०६६
३२५	३३४	केशरी प्रजापति	मध्यपुर थिमि-६	९८४३०१९२४७
३२६	३३५	ओम किशोर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाय्कू	९८५१२०६३६४
३२७	३३६	प्रदिना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक	९८४१५४९४१०
३२८	३३७	मनोज श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४१५१४४०२
३२९	३३८	सन्तोष मान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८११२८६१०७
३३०	३४०	राजेश श्रेष्ठ (बोडे)	मध्यपुर थिमि- ४, बालकमारी भान्सी	९८६४२५८४८१
३३१	३४१	मविशा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३	९८४१३४१९७८
३३२	३४२	चन्द्र कृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	९८५१०८४१५६
३३३	३४३	बिशाल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल	९८४०७५७६७७
३३४	३४४	सुन्दर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८५१०५५८३८
३३५	३४५	रजनी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१४५५९१९
३३६	३४६	डीना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर, लागं	९८६०६६१९४३

३३७	३४७	दिपिका श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३, गङ्गाघर, लागं	९८६०६७५१५३
३३८	३४८	एनिज श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१५०५५०६
३३९	३४९	राम सुन्दरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
३४०	३५०	मिना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१४२८७६६
३४१	३५१	राम केशरी श्रेष्ठ	बौद्ध-६	
३४२	३५२	सुनिता श्रेष्ठ	जडिबुटी	
३४३	३५३	पञ्च कन्या श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८०३२५११७३
३४४	३५४	जय लक्ष्मी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक	९८४१९५६६८१
३४५	३५५	राजेन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
३४६	३५६	सागर गुरागाई	ईलाम हाल मध्यपुर थिमि	९८४१८५९२९५
३४७	३५७	प्रविन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४९८९५७३०
३४८	३५८	रिता खड्का(बुढाथोकी)	सुर्यविनायक	९८४१३६३९९३
३४९	३५९	भिम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८०३४६३८८०
३५०	३६०	कविता राउत	सुर्यविनायक	
३५१	३६१	सूर्यमान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
३५२	३६२	श्याम सुन्दरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४९१५६८९९
३५३	३६३	ईरादा बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४	९८४३५२७०६९
३५४	३६४	मंगल बिर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, ईनाय्टोल	९८५१०२०७४५
३५५	३६५	विसोस श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, यमाटोल	९८४१०९८६९४
३५६	३६६	श्याम कृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३	९८५१०९८३८०
३५७	३६७	शिव सुन्दर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, ईनाय्टोल	९८४११३१३३८
३५८	३६८	भगवती सुनाल	मध्यपुर थिमि-३	
३५९	३६९	संजीप श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, दथुटोल केयकुथाँचो	९८६१५५३६५६
३६०	३७०	ज्योती गुरागाई	ईलाम हाल मध्यपुर थिमि	९८४९६११०९८
३६१	३७१	प्रकृति गुरागाई	ईलाम हाल मध्यपुर थिमि	९७६२२८५४४
३६२	३७२	विपिन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक	९८४१२५३९८६

३६३	३७३	सुमित श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, ईनाय्टोल	९८४९२८१०६३
३६४	३७४	सुनिता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
३६५	३७५	सनिशा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	९८१८२१३६५९
३६६	३७६	रोजला श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४०३९२२६१
३६७	३७७	अमृत प्रसाद श्रेष्ठ	काठमाडौं	९८५१०४५९९३
३६८	३७८	मैया श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८१३९३६२५९
३६९	३७९	सम्झना श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१५८१७७०
३७०	३८०	पुष्प बहादुर बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-३	९८४९१७९०३३
३७१	३८१	नेम किशोर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाय्कू	१६१५९३२९७६८
३७२	३८२	निखिल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	१६१५९३२९७९२
३७३	३८३	तुल्सी हरि प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५, ताहाननी	९८४१५१४१७१
३७४	३८४	शैलेस श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५	
३७५	३८५	तारा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-१	
३७६	३८६	जेनी मानन्धर	मध्यपुर थिमि-४	
३७७	३८७	प्रकृति श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
३७८	३८८	लक्ष्मी केशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४९३२०१७५
३७९	३८९	रिणा महर्जन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८२३७९१९१४
३८०	३९०	राम कृष्ण श्रेष्ठ (तामसो)	मध्यपुर थिमि-४	९८४१३५८२०७
३८१	३९१	बालकृष्ण श्रेष्ठ दुगु	मध्यपुर थिमि-४	९८४१२८६६४२
३८२	३९२	कृष्ण मान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४ वामुने	
३८३	३९३	गंगा राम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४ दथुटोल	९८४१३६९०५६
३८४	३९४	प्रभा केशरी श्रेष्ठ (न्हुछे)	मध्यपुर थिमि-४	९८४९१७८६४५
३८५	३९५	राजेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१०६२८५३
३८६	३९६	हरि कृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	९८५१३४८५५०
३८७	३९७	राजसुन्दर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८५१०९४८१६
३८८	३९८	रबिक श्रेष्ठ (नवाछें)	मध्यपुर थिमि-४	९८४६६९६६०७

४१५	४२५	बिरेन्द्र बज्राचार्य	मध्यपुर थिमि-४, मरुटोल	९८४१३६१२१७
४१६	४२६	प्रेम माया नवाछें श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४९७५८८४५
४१७	४२७	पूर्णीमा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१९०९४५६
४१८	४२८	रसिल श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	
४१९	४२९	राधिका श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८१०२४६१४२
४२०	४३०	सुशन श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८१०२४६१४२
४२१	४३१	सुनिल श्रेष्ठ		९८०३३२३५६५
४२२	४३२	श्याम सुन्दर श्रेष्ठ		
४२३	४३३	बाबु रत्न नापित	सूर्यविनायक ४ दक्षिण बाराही	९८६०१६२४८१
४२४	४३४	अनु श्रेष्ठ		
४२५	४३५	ज्ञान कृष्ण श्रेष्ठ		
४२६	४३६	कृशला श्रेष्ठ		
४२७	४३७	चन्द्र भक्त भूजु	भक्तपुर न.पा ३ बसिटोल	९८४१३६२१७२
४२८	४३८	शिबराम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-३	९८४१२७१५३५
४२९	४३९	बालकृष्ण सा:छें श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४१३७७४५१
४३०	४४०	देवकी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१७३५८०२
४३१	४४१	विशेश्वर श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४१२४६६९८
४३२	४४२	आयुष श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८४३४६८४६५
४३३	४४३	राजु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-५, चोडेटोल	९८४१९२५२१२
४३४	४४४	बसन्त नकर्मि	मध्यपुर थिमि-४, बालकुमारी	९८४१३५३५८५
४३५	४४५	राजभक्त श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, सिवाटोल	९८५११५५८२६
४३६	४४६	विश्वनाथ ध्वों श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, वामुने टोल	९८५१०७२४४२
४३७	४४७	गोपाल बस्नेत	सूर्यविनायक ३ नयाँ बस्ती	९८४३०८३३२३
४३८	४४८	अनिता कुमारी श्रेष्ठ	सूर्यविनायक न.पा ४	९८४४२६०७३२
४३९	४४९	मनिषा बस्नेत	सूर्यविनायक न.पा ४	९८४१४३०७५५
४४०	४५०	रेणुका आचार्य तिवारी	सूर्यविनायक न.पा ४	९८४५१३३०३८

४४१	४५१	क्षितिज श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, सिवाटोल	९८६०३८९०३०
४४२	४५२	सुनिता श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल	९८४१५८६१४८
४४३	४५३	लक्ष्मी केशरी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, बप्पा टोल	
४४४	४५४	लक्ष्मी शोभा श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	९८४१४०४०८४
४४५	४५५	कल्पना प्रजापति	मध्यपुर थिमि-५, नासननी	९८४१९००४१५
४४६	४५६	शंकर मान श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, तांचो क्यकु ताँ	९८४१०९९९३९
४४७	४५७	उमेश श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाय्कू	९८४१२२७५२६
४४८	४५८	विजय चरण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाछिटोल	९८५१३६६७८०
४४९	४५९	रेणु श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, इनाय टोल	९८५१२४७३२४
४५०	४६०	हरेराम श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४, लाय्कू	९८४३२३८४४८

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

उपशाखा अन्तर्गतका युवा/जुनियर सर्कल

युवा रेडक्रस सर्कल वडा नं. ४		
सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	अध्यक्ष	उज्वल श्रेष्ठ
२.	नि. अध्यक्ष	संदिप श्रेष्ठ
३.	उपाध्यक्ष	सुन्दर श्रेष्ठ
४.	सचिव	प्रजिता श्रेष्ठ
५.	कोषाध्यक्ष	बिन्जली बज्राचार्य
६.	सहसचिव	श्रृजना श्रेष्ठ
७.	सदस्य	रिया कायष्ठ
८.	सदस्य	निरु श्रेष्ठ
९.	सदस्य	सन्देश हामो श्रेष्ठ
१०.	सदस्य	सिद्धान्त श्रेष्ठ
११.	सदस्य	सनिशा श्रेष्ठ

जुरेस आदर्श माध्यमिक विद्यालय, लायक्, थिमि		
सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	प्राचार्य	बुद्धिकुमार घो श्रेष्ठ
२.	शिक्षक नायक	राजेश श्रेष्ठ
३.	अध्यक्ष	दुर्गा थपलिया
४.	उपाध्यक्ष	उज्वल तामाङ्ग
५.	सचिव	संगिता मगर
६.	कोषाध्यक्ष	सुजन तामाङ्ग
७.	सदस्य	महेश वि.क.
८.	सदस्य	डुकपेम्बा शेर्पा
९.	सदस्य	अभिषेक खत्री
१०.	सदस्य	रोहित कार्की
११.	सदस्य	किरण बुढामगर
१२.	सदस्य	समिर खत्री
१३.	सदस्य	सविना बोम्जन
१४.	सदस्य	भावना प्रधान
१५.	सदस्य	निरुताकुमारी ठाकुर
१६.	सदस्य	गंगा बुढाथोकी

जुरेस बालप्रेमी माध्यमिक विद्यालय		
सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	प्रधानाध्यापक	चरणकेशरी श्रेष्ठ
२.	शिक्षक नायक	श्यामसुन्दर यमा श्रेष्ठ
१.	अध्यक्ष	रेजिना के.सी.
३.	उपाध्यक्ष	देवकुमारी पौडेल
४.	सचिव	निशान माझी
५.	सहसचिव	राधिका स्वर्णकार
६.	कोषाध्यक्ष	विकास शाही
७.	सदस्य	रित्तिका सेतिसिलाल
८.	सदस्य	विवस मगर
९.	सदस्य	यमुना खड्का
१०.	सदस्य	राजेश बस्नेत
११.	सदस्य	दिपेश राणा
१२.	सदस्य	करिना तामाङ्ग

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा अन्तर्गतका जुनियर सर्कल भएका विद्यालयका शिक्षक नायकहरुको विवरण

विद्यालयको नाम	शिक्षक नायकको नाम	फोन नं.
आदर्श मा.वि.	राजेश श्रेष्ठ	९८४१२९१७१५
बालप्रेमी मा.वि.	श्यामसुन्दर श्रेष्ठ	९८४१२७२४२८
विनायक स्कुल	रामचन्द्र प्रजापति	९८४१३६७३००
होली गार्डेन स्कुल	राम न्यौपाने	९८४१४६७५४७
नवरत्न लाईफ स्कुल	सुरेन्द्र श्रेष्ठ	९८५१०७३१२८
नौलो ज्योति स्कुल	मीना श्रेष्ठ	९८४१४८४४७८

विनायक शिक्षा निकेतन इङ्गलिस सेकेण्डरी स्कुल

सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	प्रिन्सिपल	सुरेन्द्रविक्रम प्रजापति
२.	शिक्षक नायक	रामचन्द्र प्रजापति
३.	अध्यक्ष	कृषा प्रजापति
४.	उपाध्यक्ष	सुजिता कुमपाखा
५.	सचिव	ओम नायक
६.	कोषाध्यक्ष	क्याथी हाय्जु
७.	सदस्य	श्रृष्टी देउला
८.	सदस्य	किष्टल सुवेदी
९.	सदस्य	सागर तिमलसिना
१०.	सदस्य	सायना प्रजापति
११.	सदस्य	रुचिता कपाली
१२.	सदस्य	प्रिन्सी प्रजापति
१३.	सदस्य	अनुस्का श्रेष्ठ

होली गार्डेन इङ्गलिस सेकेण्डरी स्कुल

सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	प्रिन्सिपल	रत्नमान शंखदेव
२.	शिक्षक नायक	रामप्रसाद न्यौपाने
३.	अध्यक्ष	अपेक्षा राई
५.	उपाध्यक्ष	प्रतिमा श्रेष्ठ
६.	सचिव	निर्जल राई
७.	सहसचिव	जेनिसा तामाङ्ग
८.	कोषाध्यक्ष	सर्वेस शंखदेव
९.	सदस्य	विनिता अधिकारी
१०.	सदस्य	युनिस श्रेष्ठ
११.	सदस्य	सिजु राई
१२.	सदस्य	शुभम् धिताल
१३.	सदस्य	समर्पण कारञ्जित
१४.	सदस्य	सम्राट वन

नौलो ज्योति अंग्रेजी माध्यमिक विद्यालय

सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	प्रिन्सिपल	शिवकृष्ण श्रेष्ठ
२.	शिक्षक नायक	कल्पना प्रजापति
३.	अध्यक्ष	सफलता श्रेष्ठ
४.	उपाध्यक्ष	युनिशा श्रेष्ठ
५.	सचिव	सन्देश श्रेष्ठ
६.	कोषाध्यक्ष	रिसल श्रेष्ठ
७.	सदस्य	अक्सरा बल
८.	सदस्य	लसता श्रेष्ठ
९.	सदस्य	रिस्ता वास्तोला
१०.	सदस्य	सुरज शाह
११.	सदस्य	प्रशिस श्रेष्ठ
१२.	सदस्य	देहान श्रेष्ठ
१३.	सदस्य	सुजल जोशी

नवरत्न लाईफ स्कुल

सि.नं.	पद	नाम, थर
१.	प्रिन्सिपल	सुरेन्द्र तुबन्जा: श्रेष्ठ
२.	शिक्षक नायक	सुजिता कर्माचार्य
३.	अध्यक्ष	वितिशा मानन्धर
५.	उपाध्यक्ष	सुजनरत्न रञ्जितकार
६.	सचिव	सुप्रन श्रेष्ठ
७.	सहसचिव	सुभम् श्रेष्ठ
८.	कोषाध्यक्ष	न्यसविका प्रजापति
९.	सहकोषाध्यक्ष	नुबि मानन्धर
१०.	सदस्य	सिचु मानन्धर
११.	सदस्य	प्रसिल श्रेष्ठ
१२.	सदस्य	उदित प्रजापति

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
मध्यपुर थिमि उपशाखा
२०५४

कार्यसमिति (२०७९-२०८१)

बाबुकाजी श्रेष्ठ
सभापति

पूर्णकेशरी श्रेष्ठ
निवर्तमान सभापति

सविना श्रेष्ठ
उप-सभापति

जीवन श्रेष्ठ
सचिव

काशी कायस्थ
कोषाध्यक्ष

सुशिला श्रेष्ठ
सहसचिव

श्रीराम हाकुतरी श्रेष्ठ
उप-कोषाध्यक्ष

लक्ष्मीकेशरी श्रेष्ठ
महिला सदस्य

रामकेशरी श्रेष्ठ
सदस्य

कन्यामन्दिर प्रजापति
सदस्य

ई.पुष्परत्न रञ्जित
सदस्य

देवकृष्ण श्रेष्ठ
सदस्य

बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ
पदेन सदस्य (४ नं. वडाध्यक्ष)

तुईलाल श्रेष्ठ
पदेन सदस्य (उपमन्त्री, नेरेसो, भक्तपुर शाखा)

उमेश श्रेष्ठ
शववाहन चालक

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. हरिसुन्दर लाखे श्रेष्ठ

आर. पि. फर्निचर उद्योग

मध्यपुर थिमि-३, सुन्दर नगर, भक्तपुर
फोनः ०१- ६६३३०३१, ९८५१०५८४४८

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

सजंबुजं: द अथेन्तिक
नेवारी क्युजिन

मध्यपुर थिमि-४, तछुटोल
फोनः ०१-५०९३०९९, ९८६४८३०९०९

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

रामकृष्ण श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

सहयोगी बचत तथा सेवा केन्द्र सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि न.पा. ४, बालकुमारी
फोनः ०१-६६३३४९५

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको

उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवम्
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. सहदेव मानन्धर

एभरग्रीन टेलर्स

मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक, भक्तपुर
फोनः ०१-५०९३३९२

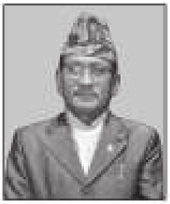
तपाईको अर्डर अनुसारको डिजाइनमा
सर्ट, पाइन्ट तयार गरिन्छ ।

"रेडक्रस अभियानमा लागौं, विपत्तीमा परेका मानवलाई सहयोग गरौं ।"

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी
मध्यपुर थिमि उपशाखा
२०५४

उपशाखा संस्थापकहरु

बि.सं. २०५४ साउन २९ गते बुधबार/ने.सं. १११७ गुँलाथ्व नवमी/ईस्वी सम्वत् १९९७ अगष्ट १३

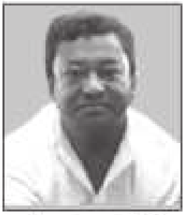


दुर्गामोहन श्रेष्ठ
संयोजक

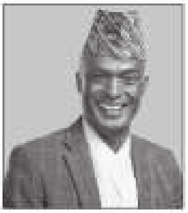
बाबुकाजी श्रेष्ठ
सचिव

भरत श्रेष्ठ
कोषाध्यक्ष

तुईलाल श्रेष्ठ
सदस्य



रमेश उखा श्रेष्ठ
सदस्य



बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ
सदस्य

रमेश प्रजापति
सदस्य

सूर्यलाल श्रेष्ठ
सदस्य

चन्द्रभक्त श्रेष्ठ
सदस्य

प्रविन चक्रधर
सदस्य

कृष्णराम प्रजापति
सदस्य

पूर्णचन्द्र श्रेष्ठ
सदस्य

तुईलाल कायस्थ
सदस्य

रचना श्रेष्ठ
सदस्य

कुमार श्रेष्ठ
मनोनित सदस्य

"आर्थिक तथा सामाजिक हितका लागि सहकारी"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वका उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

चन्द्रकृष्ण श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

सूर्यदर्शन बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३१४४

"सुन्दर भविष्यको लागि बचत गरौं"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

कविन्द्र थिकु श्रेष्ठ
का.व. अध्यक्ष एवम्

सुन्दर बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
दक्षिणबाराही मार्ग, फोन: ०१-५०९३१७४

"आर्थिक तथा सामाजिक विकासका लागि बचत गरौं"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

ज्ञानकृष्ण श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

शुभश्री बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३३५२

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

सल्लाहकार समिति

bufd{dfkg >]7

संयोजक/संस्थापक सभापति

/dz pvf >]7

सदस्य/पूर्व सभापति

e] gr/0f >]7

सदस्य/पूर्व सभापति

1fgb] >]7

सदस्य/पूर्व सभापति

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

भवन निर्माण प्राविधिक उपसमिति

O{=klk/Tg /l~ht

संयोजक

O{=pH]n uf]hf >]7

उप-संयोजक

O{=k0f{ u/ un' >]7

सदस्य

O{=chg] a; L>]7

सदस्य

O{=k|agf ; fM6F>]7

सदस्य

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

राकेश श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

नव आदर्श बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३५५५

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

राजकुमार तको
अध्यक्ष एवम्

ओम बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि-६, नगरपालिका मार्ग
फोन: ०१-६६३५३०४, ६६३५३०५

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

तुल्सीभक्त श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

विश्वास बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि न.पा. ६, बाहाखा बजार
फोन: ०१-६६३८६३३, ६६३६५५४

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

आभार बहुउद्देस्यीय सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि न.पा. ६, बाहाखा बजार
फोन: ०१-६६३६४०४

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

कार्यक्रम उपसमिति

s Gof dlGb/ khfklt

संयोजक

bj s [0f >]7

सदस्य

kbd; Gb/ L>]7

सदस्य

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

महिला उपसमिति

nI dLs }z/ L>]7

संयोजक

lj dnf >]7

सदस्य

; Demgf >]7

सदस्य

; ldf >]7

सदस्य

kefs }z/ L>]7

सदस्य

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक
एवम् विद्यार्थीवर्गमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

मेलन मन्टेश्वरी प्रि-स्कुल

मध्यपुर थिमि न.पा.-३, तिना
फोन नं. : ९८४०८५३६६६

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण समस्त ग्राहकवर्गमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Gyan Krishna Shrestha
Certified Management Accountant - ICMA/Australia
Registered Auditor - ICAN/Nepal

Gyan & Co.

Shankhadhar Chowk, Madhyapur Thimi-4
Bhaktapur Bagmati Province, Nepal
Tel.: 01-5093381, Cell: 9851035589
Email: gyankrishna@gmail.com

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक
एवम् विद्यार्थीवर्गमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

सुरेन्द्र तुबन्जाः श्रेष्ठ
प्रिन्सिपल एवं

नवरत्न लाईफ स्कुल

मध्यपुर थिमि न.पा.-४, निगूपुखू
०१-६६३३९५१

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक
एवम् विद्यार्थीवर्गमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

चरण केशरी श्रेष्ठ
प्रधानाध्यापक एवं

बालप्रेमी माध्यमिक विद्यालय

मध्यपुर थिमि न.पा.-४, सुँगा
फोन नं. : ०१-५०९३

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

शवबाहन व्यवस्थापन उपसमिति

gh/ dfg >]7

संयोजक

k0f{ Gb/ >]7

सदस्य सचिव

u0f]z dfg >]7

सदस्य

u0fs [0f >]7

सदस्य

lzj ; Gb/ >]7

सदस्य

/d]z k|hfklt

सदस्य

; bg >]7

सदस्य

t N;L /fd >]7

सदस्य

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण विद्यार्थी, शिक्षक
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

चाणक्य कलेज अफ मेनेजमेन्ट

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक, भक्तपुर
(राष्ट्रिय क्षयरोग निवारण केन्द्रको अगाडि)
फोन नं. : ०१-६६३२६६८, ६६३२९२७, ६६३७१२६
Email: info@chankya.edu.np

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभचिन्तकहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Zofd; Ub/ >]7 — ९८४१४१६९११
k?iffQd >]7 — ९८४१३६८५३५

शंखधर बैंक्वेट प्रा.लि.

मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३४८८

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभचिन्तकहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

QbeQm>]7 — ९८४१५०४७११
chg >]7 — ९८४१३००४१६

थिमि बैंक्वेट

मध्यपुर थिमि-४, चारदोबाटो
(राष्ट्रिय क्षयरोग नियन्त्रण केन्द्र अगाडि)

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Hisee Tailors

Madhyapur Thimi-4,
Shankhadhar Chowk,
Bhaktapur
Mobile No.: 977-9841280403
977-9840012005
977-9823215699

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

विपद् व्यवस्थापन उपसमिति

Q{=klk/ Tg / l~ht

संयोजक

lbns[0f khfklt

सदस्य

t N;Lxl/ khfklt

सदस्य

/ fh[Gb| >]7

सदस्य

; '/ fh >]7

सदस्य

pHHj n >]7

सदस्य

/ Zdf >]7

सदस्य

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा समस्त ग्राहकवर्ग
एवम् शुभचिन्तकहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

; ℏo >]7
तथा

सा:छेँ स्टोर

सूर्यविनायक न.पा.-४, दक्षिण बाराही मार्ग
फोन: ९८५१०४७५४८
Email: kumarisaving_14@yahoo.com

विभिन्न खाद्य वस्तु तथा किराना सामानहरुको
थोक तथा खद्रा बिक्री

"सुन्दर भविष्यको लागि बचत गरौं"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

जून श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवम्

पुकार बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्था लि.
मध्यपुर थिमि न.पा. ४, बप्पा
फोनः ०१-५९१०१९०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक शिक्षिका, अभिभावक
एवं विद्यार्थीवर्गहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

केशव चरण श्रेष्ठ
प्रधानाध्यापक एवम्

गणेश माध्यमिक विद्यालय

मध्यपुर थिमि न.पा. ७, नगदेश
फोनः

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक शिक्षिका, अभिभावक
एवं विद्यार्थीवर्गहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

सुरेन्द्र विक्रम प्रजापति
प्रिन्सिपल एवम्

विनायक शिक्षा निकेतन इङ्गलिस स्कुल

मध्यपुर थिमि न.पा. ५, चपाचो
फोनः

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

युवा सर्कल व्यवस्थापन उपसमिति

chg] >]7

संयोजक

; [hgf >]7

सदस्य

/ flwsf efl; df

सदस्य

sljtf >]7

सदस्य

clnzf >]7

सदस्य

h]gz kh|fklt

सदस्य

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

फेमिली रेष्टुरेण्ट

मध्यपुर थिमि न.पा.-६, बाहाखा बजार
फोन: ०१-६६३०९९७

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शिक्षक शिक्षिका, अभिभावक,
विद्यार्थीवर्गहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

बुद्धरत्न बाडे
संस्थापक अध्यक्ष

लर्डबुद्ध इङ्गलिस स्कुल

मध्यपुर थिमि न.पा.-८, मिलरोड, बोदे
फोन: ९८४१२७१८२४

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

मन्दिर प्रजापति
प्रोप्राइटर
९८४१४९५८७६, ९८४३५१९१८४

सम्राट सेरामिक्स

लिवालि, भक्तपुर न.पा.-८
फोन: ०१-५१२२०१५

"समृद्ध जीवनको शुभारम्भ, सुनिश्चित भविष्यको आधार"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

रोशन काजी बज्राचार्य
अध्यक्ष एवं

ओस्ला बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, दथुटोल
फोन: ०१-६६३६५४५, ६६३८०३१
Email: upakarsaccos@gmail.com

नेःसं. ११४५ नयाँवर्ष तथा शुभ-दीपावलीको उपलक्ष्यमा
सम्पूर्ण ग्राहकवर्गमा मंगलमय **शुभ-कामना**

RICH STITCHING

Govinda Shrestha
Chairman
9851058181,9851002512

Bag Bazar-28, Kathmandu
Nepal (Aradhana Complex)

+977 1 5918181

richstitch

Govinda Shrestha
Chairman
9851058181,9851002512

STC

"BEST TAILORING YOUR NEIGHBOURHOODS"

Seasonal
Tailoring Center

Shop No.102 | Shop No.118 | Shop No.119 | Shop No.120

SHIRTING & SUITING

Aradhana Complex, Bagbazar, Kathmandu Tel : 5345268,4167579

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

प्रेम श्रेष्ठ
अध्यक्ष एवं

प्रिज्म बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि.

मध्यपुर थिमि न.पा.-६, बालकुमारी
फोन नं. : ०१-५०९३२५९

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण शेयर सदस्य एवम् शुभेच्छुक
महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

थेम्मृङ मासिक

मध्यपुर थिमि न.पा. ४, शंखधरचोक
फोन: ०१-५०९३६०५

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण वडाबासीहरु
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

कृष्णहरि आचार्य
वडा अध्यक्ष

मध्यपुर थिमि नगरपालिका

३ नं. वडा कार्यालय
कौशल्टार, मध्यपुर थिमि-३
फोन: ६६३३१५०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण वडाबासीहरु
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

श्रीकृष्ण श्रेष्ठ
वडा अध्यक्ष

मध्यपुर थिमि नगरपालिका

२ नं. वडा कार्यालय
सानोथिमि, मध्यपुर थिमि-२
फोन: ६६३९४२८

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

बालकुमारी, मध्यपुर थिमि-४

उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार नियमावली

२०८०

प्रस्तावना: -

भक्तपुर जिल्ला मध्यपुर थिमि नगरपालिका वडा नं ४ इनाय टोल हाल शंखधरचोक, तामाखुशी मार्ग निवासी श्री सूर्यकृष्ण थापा श्रेष्ठका मातापिता स्व. चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा श्रीमती आशामाया थापा श्रेष्ठको नाउँमा मध्यपुर थिमि नगरपालिका क्षेत्रभित्र रेडक्रस अभियानमा अग्रणी भूमिका निर्वाह गर्ने, नितान्त सामाजिक सेवा भावले ओटप्रोत रही मध्यपुर थिमिमा समाजप्रति उत्तरदायी रही उत्कृष्ट स्वयंसेवक भई योगदान पुऱ्याएका व्यक्ति वा संघ/संस्थालाई सम्मान स्वरुप प्रदान गर्न श्री सूर्यकृष्ण थापा श्रेष्ठ तथा श्रीमती मिना थापा श्रेष्ठबाट चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा आशामाया थापा श्रेष्ठ स्मृति "उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार" स्थापना गरी मिति २०८० मंसिर २७ गते २१ औं उपशाखा सभामा घोषणा गरिएको छ । उहाँहरुबाट स्थापना गरिएको उक्त सम्मान पुरस्कारलाई कार्यान्वयन गर्न उपशाखा कार्यसमितिद्वारा चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा आशामाया थापा श्रेष्ठ स्मृति "उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार"को नियमावली २०८० बनाई लागु गरेको छ ।

१. संक्षिप्त नाम र प्रारम्भ :-

क) यस नियमावलीको नाम "चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा आशामाया थापा श्रेष्ठ स्मृति उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार" रहनेछ ।

ख) यो नियमावली तुरून्त प्रारम्भ हुनेछ ।

२. परिभाषा :-

विषय वा प्रसंगले अर्को अर्थ नलागेमा यस नियमावलीमा उपर्युक्त शब्दहरूको परिभाषा यस प्रकार हुनेछ:-

क) "सम्मान पुरस्कार" भन्नाले चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा आशामाया थापा श्रेष्ठ स्मृति "उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार" भन्ने जनाउँछ ।

ख) "विधान" भन्नाले नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको प्रचलित विधानलाई जनाउँछ ।

ग) "संस्थापक" भन्नाले प्रस्तावनामा उल्लेखित व्यक्तिहरुलाई जनाउँछ ।

घ) “नियमावली” भन्नाले चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा आशामाया थापा श्रेष्ठ स्मृति “उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार” नियमावलीलाई जनाउँछ ।

ङ) “उपशाखा कार्य समिति” भन्नाले नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा कार्य समितिलाई बुझाउँछ ।

च) “सम्मान पुरस्कार छनौट समिति” भन्नाले यस सम्मान पुरस्कारको छनौट गर्न गठित चन्द्रलाल थापा श्रेष्ठ तथा आशामाया थापा श्रेष्ठ स्मृति “उत्कृष्ट स्वयंसेवक सम्मान पुरस्कार” छनौट समितिलाई बुझाउँछ ।

छ) “कोष” भन्नाले यस नियमावलीको नियम ४ अनुसार स्थापित अक्षयकोषलाई बुझाउँछ ।

३. उद्देश्य :-

यस सम्मान पुरस्कारको उद्देश्य यस प्रकार हुनेछ :-

क) “सम्मान पुरस्कार” संस्थापकदाताको सामाजिक भावना र रेडक्रस अभियानमा योगदान गर्नेलाई कदर गर्ने ।

ख) नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको विधान तथा उपशाखा कार्य समितिद्वारा निर्धारित नीति र नियमानुसार रेडक्रस अभियानमा लाग्न अभिप्रेरित गर्ने ।

ग) म सेवा गर्छु भन्ने भावनाले लागेका युरेस/जुरेस वा सामाजिक कार्यमा लागेका उत्कृष्ट स्वयंसेवकहरु, आजीवन सदस्य एवं साधारण सदस्यहरु र समिति, उपसमितिमा रही कार्य सम्पादन पूरा गरेका उत्कृष्ट स्वयंसेवकहरुलाई सम्मान गर्ने ।

४. पुरस्कारका लागि कोषको व्यवस्था र संचालन :-

क) नेपाल रेडक्रस सोसाइटीका आजीवन सदस्य सूर्यकृष्ण थापा श्रेष्ठज्यू र उहाँकी श्रीमती मिना थापा श्रेष्ठज्यूबाट संयुक्त रुपमा रू. १११,१११।- (अक्षरेपी एक लाख एघार हजार एक सय एघार रुपैयाँ मात्र) मूलधन हुनेछ । उक्त मूलधन नमासिने गरी सरकारी बैंकमा मुद्धती खातामा राखिने छ ।

ख) कुनै कारणबस कुनै वर्ष वा लगातार केही वर्षसम्म पुरस्कार प्रदान हुन नसके त्यस वर्षको पुरस्कार रकम पनि अक्षय कोषमा थप्दै लगिनेछ ।

ग) कोषको बैंक खाता संचालन नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाका सभापति, सचिव र कोषाध्यक्षको संयुक्त रूपमा हुनेछ ।

५. पुरस्कार छनौट समिति गठन र कार्यवधि :-

यस पुरस्कारको लागि छुट्टै ५ जनाको पुरस्कार छनौट समिति गठन गरिनेछ ।

क)	उपशाखाका सभापतिद्वारा कार्यसमितिका सदस्यहरू मध्येबाट मनोनित १ जना	संयोजक
ख)	उपशाखा कार्यसमितिद्वारा आफुहरू मध्येबाट छानिएका १ जना	सदस्य
ग)	पुरस्कार संस्थापनादाताको परिवार वा प्रतिनिधि १ जना	सदस्य
घ)	समाजसेवी मध्येबाट कार्यसमितिबाट मनोनित १ जना	सदस्य
ङ)	उपशाखाका सचिव १ जना	सदस्य सचिव

पुरस्कार छनौट समितिको कुनै सदस्यको मृत्यु वा राजिनामा दिएमा नेपाल रेडक्रस सोसाइटीको उपशाखा कार्यसमितिले सम्मान पुरस्कार छनौट समितिमा सदस्यहरूको सिफारिसमा नियम ५ बमोजिम सदस्यलाई प्रतिस्थापन गर्न सक्ने छ । उपशाखा कार्यसमितिको अवधि सकिना साथ उक्त पुरस्कार छनौट समितिको स्वत: विघटन हुनेछ । अर्को उपशाखा अधिवेशनबाट निर्वाचित कार्य समितिले नियम ५ बमोजिम नै पुन: पुरस्कार छनौट

समिति गठन गर्नु पर्नेछ ।

६. पुरस्कार छनौट समितिको काम कर्तव्य र अधिकार :-

पुरस्कार छनौट समितिको काम कर्तव्य र अधिकार देहाबमोजिम हनेछ :-

क) मूल्याङकनका लागि निर्णायक मण्डलको गठन गरी सो मण्डलको मूल्याङकनका आधारमा पुरस्कारका बारे निर्णय गर्ने ।

ख) नियमित रूपमा पुरस्कार प्रदान गर्ने व्यवस्था मिलाउने ।

ग) यस सम्बन्धमा उपशाखा कार्य समितिसँग आवश्यक सल्लाह र सुझाव लिने ।

घ) आवश्यक उपसमिति बनाई कामको जिम्मा दिने ।

ङ) यस नियमावलीको प्रयोजनका लागि आवश्यक अन्य सबै कार्य गर्ने गराउने ।

७. पुरस्कार संचालन सम्बन्धी अन्य व्यवस्था:-

क) यस पुरस्कारको शुरूवात नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखाको २७ औं उपशाखासभा २०८१ देखि हुनेछ ।

ख) पुरस्कारको वितरण नेपाल रेडक्रस सोसाइटी मध्यपुर थिमि उपशाखा सभाको अवसरमा प्रदान गरिनेछ ।

ग) बैंकमा मुद्दती खातामा राखिएको मूलधनबाट प्राप्त व्याजको रकमबाट सम्मान पुरस्कार छनौट समितिको सिफारिसमा नगद र सम्मान-पत्र सहित पुरस्कार स्वरूप प्रदान गरिनेछ । उपशाखा कार्यसमितिले पुरस्कारको रकम समय समयमा हेरफेर गर्न सक्नेछ ।

८. सम्मान पुरस्कार योग्य उम्मेदवार र चयनका आधारहरू :-

क) सामान्यत सम्मान पुरस्कार योग्य उम्मेदवारको चयनका आधार निम्नानुसार हनेछ ।

१. रेडक्रस अभियानमा निरन्तर उत्कृष्ट स्वयंसेवक भई गतिविधिहरूमा सक्रिय रूपमा संलग्नता र क्रियाशीलता ।

२. रेडक्रस अभियानमा पुऱ्याएको सकारात्मक र गुणात्मक योगदान ।

३. मानवीय सेवामा निरन्तरता, व्यापकता र प्रभावकारिता ।

४. स-चरित्रता भएको ।

५. नेपाली नागरिकता ।

ख) पुरस्कारको आधारहरू आवश्यकतानुसार र उपशाखा कार्यसमितिले थप गर्न सक्नेछ ।

९. मूल्याङ्कनका लागि सिफारिस गर्ने व्यवस्था :-

क) मध्यपुर थिमिमा रेडक्रसका गतिविधिमा संलग्न उत्कृष्ट स्वयंसेवक, रेडक्रस अभियानमा लागेका युरेस/जुरेस, विभिन्न समिति, उपसमितिमा रही नि:स्वार्थ रुपमा निरन्तर सेवा गर्ने र पूर्ण रुपमा जिम्मेवारी बहन गरी कार्य सम्पदन गर्नेलाई सम्मान पुरस्कार छनौट समितिले आवश्यक प्रक्रिया पुऱ्याई अध्ययन एवं मूल्याङकन गरी ५ जनासम्मको नाम उपशाखा कार्यसमितिलाई सिफारिस गर्न सक्नेछन् ।

ख) सम्मान पुरस्कार छनौट समितिले सिफारिसको लागि नाम माग गरिएमा उपशाखा कार्य समितिका सदस्यहरूबाट पनि छुट्टाछुट्टै नाम सम्मान पुरस्कार छनौट समितिलाई पेश गर्न सकिनेछ ।

ग) सम्मान पुरस्कार छनौट समितिले छनौट गर्ने समयावधि निर्धारण गर्नेछ र सो अवधि भित्र प्राप्त नभएमा

उपशाखा कार्यसमितिमा सिफारिस गर्न सम्मान पुरस्कार छनौट समिति बाध्य हुने छैन ।

घ) उपशाखा कार्य समितिले पुरस्कार छनौट समितिको सिफारिसको आधारमा १ जनालाई सम्मान पुरस्कार छनौटको निर्णय गरिनेछ । पुरस्कार प्राप्त गर्नेको दावी विरोध भएमा वा अस्वीकार गरेमा सो खारेज गरी अर्को वैकल्पीकको रुपमा क्रमांगत अनुसार सम्मान पुरस्कार प्रदान गरिनेछ ।

ङ) सम्मान पुरस्कारमा विवाद भएमा पुरस्कार प्रदान गर्ने वा नगर्ने निर्णय गर्ने सम्पूर्ण अधिकार उपशाखा कार्यसमितिको हुनेछ ।

१०. नियमावली संशोधन :-

क) यस समितिले नियमावली संशोधन गर्न आवश्यक ठानेमा उपशाखा कार्यसमितिले नियमावली संशोधन गरी उपशाखा सभाद्वारा अनुमोदन गराइने छ ।

ख) उपशाखा कार्यसमितिले नियम ५ बाहेक आवश्यकता अनुसार जहिले सुकै पनि यस नियमावली संशोधन हुन सक्नेछ ।

११. विविध :-

क) पुरस्कार प्रदान गर्ने घोषणा भइसकेपछि पुरस्कृत हुने व्यक्तिको देहावसान भएमा पुरस्कारको रकम आफू जीवित छँदै कसैलाई इच्छाएको रहेछ भने त्यस्तो व्यक्ति वा नभए निजका कानुनी हकवालालाई हस्तान्तरण गरिनेछ ।

ख) यस नियमावलीको प्रयोजनका लागि सम्मान पुरस्कार छनौट समितिले आफ्नो कार्यवधि आफै व्यवस्थित गर्न सक्नेछ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय
शुभ-कामना
व्यक्त गर्दछौं ।

उज्वल श्रेष्ठ
मेनेजिङ्ग डाइरेक्टर
गोजा कन्स्ट्रशन प्रा.लि.
शंखधरचोक, बायुरिलाँ, मध्यपुर थिमि-४
फोन: ९८४१८२७३१५, ९८२५४२३८४०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय
शुभ-कामना
व्यक्त गर्दछौं ।

निरञ्जन दुवाल
प्रोप्राइटर
मोडेल अप्टिकल
सुकुलढोका, भक्तपुर
फोन: ९८४१८२७३१५, ९८२५४२३८४०
यहाँ डिजिटल टेक्नोलोजिबाट आँखा जाँच गरिन्छ।

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

भक्तपुर जिल्लामा संचालित एम्बुलेन्स सेवा

चालकको नाम थर	फोन नं.	एम्बुलेन्सको धनी (निकाय)
पुण्य खवीराजल बासुकला/	9851082799	भक्तपुर नगरपालिका
बुद्ध कृष्ण बाग	9841257048	मध्यपुर ठिमी नगरपालिका
केशवराज थापा	9841395199	सूर्यविनायक नगरपालिका
शिवहरी अधिकारी	9851241809	चाँगुनारायण नगरपालिका
मिलन पुरी	9849857332	नेपाल रेडक्रस सोसाईटी भक्तपुर
केशवराज थापामगर	9841257892	जिल्ला समन्वय समिति
भिमसेन गेलाल	9860171552	भक्तपुर क्यान्सर अस्पताल
लक्ष्मण श्रेष्ठ	9860025333	डाईक्याुरा अस्पताल .
बैकुं दुवालसैला कुस्मा/	9851018177	मानव अंग प्रत्यारोपण केन्द्र
कृष्ण राम कोजु	9840256350	भक्तपुर अस्पताल
कृष्ण चन्द्र श्रेष्ठ	9841257048	नेपाल कोरिया मैत्री अस्पताल
नविन परिवार सानुकाजी श्रेष्ठ	9851133613	मध्यपुर अस्पताल
दिपक थतु	9851133797	नागरिक सामुदायिक अस्पताल
लक्ष्मी भक्त ह्याइजु	9843559090	नेपाल रेडक्रस सोसाइटी नगरकोट
भिमबहादुर खत्री	9843633744	सुदाल बहुप्रयणी विकास केन्द्र
रुकेश राजभण्डारी	9741323296	नगरकोट सेवा समिति
श्रीकृष्ण खड्का	9841477794	शारिरिक विकास पुर्नस्थापना केन्द्र
विवेक लामिछाने	9841233600	नेपाल रेडक्रस सोसाईटी नगरकोट
दिपक थापा	9741233815	नेपाल रेडक्रस ताथली शाखा

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

श्रीराम हाकुतरी श्रेष्ठ
अध्यक्ष

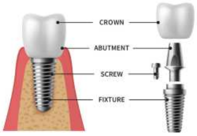
लायन्स क्लब अफ शंखधर मध्यपुर थिमि

मध्यपुर थिमि
फोन: ९८४१३४०५१०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।



थिमि अरनिको डेण्टल

मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक
फोन: ९८६१३८३४२३, ९८४९८९५४५५
०१-५०९३३५३

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

अनुप सुनचाँदी पसल

मध्यपुर थिमि-४, शंखधरचोक
फोन: ९८६३३३०४१९, ९८४४३०१५१६

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

रत्नसुन्दर श्रेष्ठ
अध्यक्ष

शान्ति खल:

नयाँबजार, खुशीबुँ, काठमाडौं
फोन: ९८५१०९४५७५

ब्लड बैंकहरुको सम्पर्क नम्बर

Himal Hospital - 9862717116
(Kamalpokhari) 9818810987
01-4415076

Redcross -
(Kalimati) - 014288486, 014288485
(Bhaktapur)- 016620001
016611661, 016612266

Nobel Hospital - 014110891
(Sinamangal) 014110842

Grande Hospital - 015159266
(Dhapasi) 015159267

Lalitpur - 015527033
(Pulchowk)

Gangalal Hospital - 014371375
(Bansbari)

Teaching Hospital - 014412303
(Maharajgunj)

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं
छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहक एवम्
शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Kumar Prajapati
9851057178

LUCKY BREAD

Rajkulo, Radhe Radhe, Madhyapur Thimi-5, Bhaktapur

Note: Home delivery also Abailable

Remenmber us for : Bread, Puff, Bun,
Cake, Cream-Roll, Birthday Cake &
all kinds of Bakery Products

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछु ।

सूर्यकृष्ण थापा श्रेष्ठ
मध्यपुर थिमि न.पा.-४
शंखधरचोक
९८४१४००५५०

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा
सम्पूर्ण शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक, विद्यार्थीवर्ग
एवं शुभचिन्तक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

विनोदकुमार कोइराला
प्रिन्सिपल एवं

ग्लाडस्टोन एकेडेमी परिवार
मध्यपुर थिमि न.पा.-८, मिलरोड, बोडे
०१-६६३१५८८

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा
हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

शुभकामना डिजिटल फोटो स्टुडियो
शंखधरचोक, मध्यपुर थिमि-४
फोन नं. : ९८४१६४६६३४

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

आ.व. २०८०/८१ को कार्यक्रमहरुको झलक

२६ औं स्थापना दिवस

रक्तदान कार्यक्रम

डेंङ्गु रोग सम्बन्धी पर्चा वितरण

६१ औं नेपाल रेडक्रस दिवस

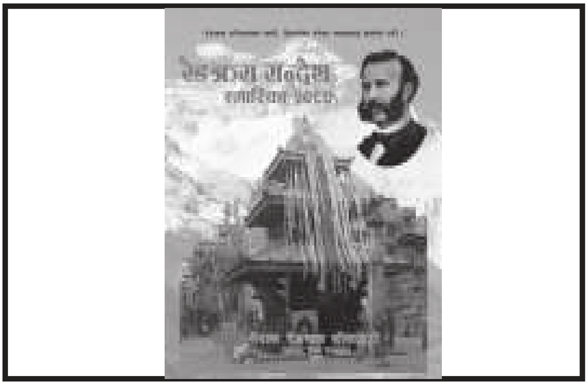
रेडक्रस सम्बन्धी प्रशिक्षण

डेंङ्गु रोग सम्बन्धी प्रशिक्षण

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

आ.व. २०८०/८१ को कार्यक्रमहरुको झलक



स्मारिका प्रकाशन-२०८०

२१ औं उपशाखा सभा

पुरस्कारका लागि अक्षयकोष स्थापना

उत्कृष्ठ उपशाखा सम्मान

प्राथमिक उपचार तालिम

प्राथमिक उपचार तालिम

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

मध्यपुर थिमि उपशाखा

आ.व. २०८०/८१ को कार्यक्रमहरुको झलक

उपशाखा कार्यालय शुभारम्भ

जिल्लाका निर्वाचित कार्यसमितिलाई बधाई

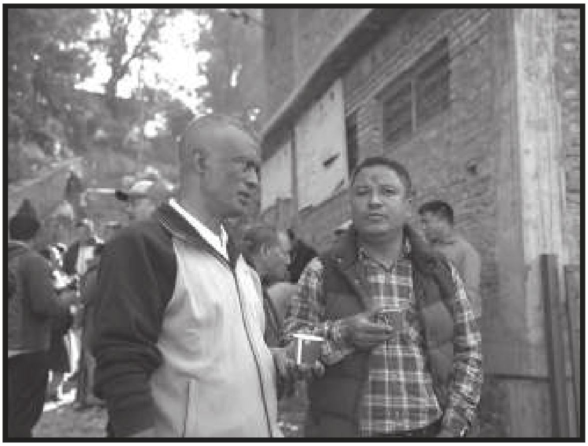
स्वास्थ्य उपचार सेवाको लागि सम्झौता

वनभोज कार्यक्रम

प्राथमिक उपचा र शिविर

प्राथमिक उपचार तालिम

भवन शिलान्यास कार्यक्रमको एक झलक



भवन शिलान्यास कार्यक्रमको एक झलक

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्रहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

पुरुषोत्तम ढकाल
अध्यक्ष

ढकाल दुध दही पसल

गट्ठाघर, भक्तपुर
मो. नं. : ९८५१०-२१४५२, ९८४१-१०५२२७

यहाँ दुध, दही, मही, घ्यु, पनिर, नौनी, बटर, लालमोहन, र सबरी, खुवा, गुँदपाक, पुस्तकारी पाउनुका साथै होम डेलिभरीको राम्रो व्यवस्था छ ।

विभिन्न शुभकार्यको लागि सामान अर्डर लिइन्छ ।

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण
शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

Healthy Heart Clinic

Gatthaghar, Bhaktapur

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्रहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

नमस्ते ख्वप टेलिभिजन

सूर्यविनायक न.पा., बालकोट, भक्तपुर
सम्पर्क: ९८५११८१५४३
इमेल : namastetvbkt@gmail.com

"बालबालिकाको उज्ज्वल भविष्यका लागि बचत"

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष,
शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको
उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग
एवम् शुभेच्छुक महानुभावहरूमा हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना

व्यक्त गर्दछौं ।

प्रो. देवकृष्ण श्रेष्ठ

देव फर्मा

मध्यपुर थिमि-३, गट्ठाघर, भक्तपुर
फोन: ६६३२१०८

नेपाल रेडक्रस सोसाइटी

भक्तपुर जिल्लाका उपशाखाहरुको नामावली

सि.नं.	उपशाखाको नाम	सभापतिको नाम	ठेगाना	सम्पर्क नं.
१.	नेरेसो दुवाकोट उपशाखा	मन्दिरा कार्की	चाँगुनारायण न.पा., दुवाकोट	९८४१६१०३७९
२.	नेरेसो सरस्वतीखेल उपशाखा	ज्ञानकृष्ण श्रेष्ठ	चाँगुनारायण न.पा., दुवाकोट	९८४१५६८४५२
३.	नेरेसो झौखेल उपशाखा	राजकुमार थापा	चाँगुनारायण न.पा., झौखेल	९८४१२८५२३९
४.	नेरेसो चाँगुनारायण उपशाखा	प्रशान्त पौडेल	चाँगुनारायण न.पा., चाँगु	९८६०६७८२३२
५.	नेरेसो छालिङ्ग उपशाखा	साधुराम कार्की	चाँगुनारायण न.पा., छालिङ्ग	९८४१३५८४७१
६.	नेरेसो नगरकोट उपशाखा	श्रीराम लामिछाने	चाँगुनारायण न.पा., नगरकोट	९८४१४४२३०८
७.	नेरेसो बागेश्वरी उपशाखा	केशवप्रसाद अधिकारी	चाँगुनारायण न.पा., बागेश्वरी	९८४९८५७३९५
८.	नेरेसो सुडाल उपशाखा	विदुर नेपाल	चाँगुनारायण न.पा., सुडाल	९७६११६३५१४
९.	नेरेसो ताथली उपशाखा	घनश्याम खड्का	चाँगुनारायण न.पा., ताथली	९८४१३७४७२४
१०.	नेरेसो बाराही उपशाखा	शिवकुमार त्वायना	भक्तपुर न.पा., बाराही	९८४१३४१६३५
११.	नेरेसो नवदुर्गा उपशाखा	तुल्सीनारायण डण्डेख्या	भक्तपुर न.पा., नवदुर्गा	९८४१२९९४३७
१२.	नेरेसो सिरुटार उपशाखा	बलभद्र राउट	सूर्यविनायक न.पा., सिरुटार	९८४६०८९६६३
१३.	नेरेसो बालकोट उपशाखा	दिवाकर सिलवार	सूर्यविनायक न.पा., बालकोट	९८५१०९७१७७
१४.	नेरेसो दधिकोट उपशाखा	जनकप्रसाद न्यौपाने	सूर्यविनायक न.पा., दधिकोट	९८४९०९३५२२
१५.	नेरेसो कटुञ्जे उपशाखा	अच्युत के.सी.	सूर्यविनायक न.पा., कटुञ्जे	९८५१००५८०२
१६.	नेरेसो गुण्डु उपशाखा	राजकुमार बस्नेत	सूर्यविनायक न.पा., गुण्डु	९८४१२५७०७०
१७.	नेरेसो सिपाडोल उपशाखा	हरिशरण बस्नेत	सूर्यविनायक न.पा., सिपाडोल	९८४१२२२९५४
१८.	नेरेसो नंखेल उपशाखा	रामकृष्ण खत्री	सूर्यविनायक न.पा., नंखेल	९८४१४३११८५
१९.	नेरेसो नलिन्चोक उपशाखा	नारायणभक्त खायमली	सूर्यविनायक न.पा., नलिन्चोक	९८५११३१२४५
२०.	नेरेसो सुशिलभैरव उपशाखा	सुघोष ढुङ्गेल	सूर्यविनायक न.पा., कटुञ्जे	९८६२००६४००
२१.	नेरेसो मध्यपुर थिमि उपशाखा	बाबुकाजी श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि न.पा., थिमि	९८४१२२३०३३
२२.	नेरेसो सिद्धिगणेश उपशाखा	रवि घजु	मध्यपुर थिमि न.पा., नगदेश	९८४१३०७१७६
२३.	नेरेसो दिव्यश्वरी उपशाखा	कुसुम अधिकारी	मध्यपुर थिमि न.पा., गठ्ठाघर	९८४१६३०८१४

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण ग्राहकवर्ग एवं शुभेच्छुक महानुभावहरुमा हार्दिक मंगलमय **शुभ-कामना** व्यक्त गर्दछौं ।

पल्पसा जनरल सप्लायर्स

शंखधरचोक, मध्यपुर थिमि, फोनः ९८४१२२३०३३

मध्यपुर थिमि नगरपालिका

मध्यपुर थिमि

महत्वपूर्ण नम्बर

सि.नं.	पद	नाम, थर	ठेगाना	सम्पर्क नं.	मोबाइल नं.
१	नगरप्रमुख	सुरेन्द्र श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	०१-६६३००४६	९८५१००६२०९
२	उपप्रमुख	विजयकृष्ण श्रेष्ठ	मध्यपुर थिमि-४	०१-६६३००४६	९८४१३३४४०२
३	प्र.प्र.अधिकृत	रामबहादुर के.सी.	मध्यपुर थिमि	०१-६६३००४६	९८५१२७४१११
४	प्रवक्ता	कृष्णहरि आचार्य	मध्यपुर थिमि-३	०१-६६३००४६	९८५१०४२६५६
५	सूचना अधिकारी	केशव सिलवाल	मध्यपुर थिमि-३		९८५११२५०९०
६	प्रशासन प्रमुख	तुल्सी तको	मध्यपुर थिमि		९८४१२८५५२५
सि.नं.	वडा नं.	वडाध्यक्षको नाम	ठेगाना	सम्पर्क नं.	वडाको जनसंख्या
१	१	बाबुकाजी डंगोल	लोहकन्थली	०१-६६३०४७२	१४२६०
२	२	श्रीकृष्ण श्रेष्ठ	जातिगाल, सानोथिमि	०१-६६३९४२८	९८८०
३	३	कृष्णहरि आचार्य	कौशलटार	०१-६६३३१५०	१८३३६
४	४	बालकृष्ण पात्या श्रेष्ठ	बालकुमारी	०१-६६३०५७५	८५६७
५	५	बालकृष्ण श्रेष्ठ	भुलाँखेल	०१-६६३५४७०	६५४०
६	६	ज्ञानदास प्रजापति	चपाचो	०१-६६३०५१५	७२२३
७	७	कृष्णकुमार प्रजापति	नगदेश	०१-६६३०१९२	६७८३
८	८	रमेश थापा श्रेष्ठ	बोदे	०१-६६३१३५७	५०८३
९	९	सानुकाजी राजबाहक	सिन्तटार	०१-५१४४५००	६३६४

नेपाल सम्वत् ११४५ नयाँ वर्ष, शुभ-दीपावली एवं छठ पर्वको उपलक्ष्यमा सम्पूर्ण नेपालीहरुमा सुख, समृद्धि र प्रगतिको हार्दिक मंगलमय

शुभ-कामना व्यक्त गर्दछौं ।

बालकुमारी विष्णुवीर सामुदायिक वन उपभोक्ता समूह

मध्यपुर थिमि, वडा नं. ४, ५ र ६

कृष्णलाल गोजा श्रेष्ठ

अध्यक्ष एवं